

# L'ITINÉRAIRE

3\$

Volume XXIII, n° 16  
Montréal, 15 août 2016  
[www.itineraire.ca](http://www.itineraire.ca)

TU VAN  
ET SON AMI  
DINO

ENTREVUE AVEC  
DINO TAVARONE



PHOTOREPORTAGE  
**TROUVER REFUGE  
DANS LE RIRE**  
Guillaume Vermette

DOSSIER  
**SANTÉ MENTALE**  
Vivre sa maladie  
autrement

EXPOSITION  
**APOCALYPSE  
DISCO**  
Zilon Story



## L'arrondissement de Ville-Marie est fier de soutenir **Innovation Jeunes**

Depuis 2006, Innovation Jeunes offre aux familles du centre-ville un espace qui favorise l'engagement communautaire. Les ateliers offerts par l'organisme aident à outiller les jeunes et visent une intégration harmonieuse à la vie scolaire et sociale.

### Projet à l'affiche : **Mon jardin, ma ville**

En apprenant à cultiver des produits en milieu urbain, les jeunes jardiniers améliorent leur employabilité. Ils acquièrent des aptitudes en travail d'équipe et en résolution de conflit ainsi que des compétences pratiques.

 [innovationjeunes.com](http://innovationjeunes.com)  / Innovation Jeunes

Pour tout savoir sur l'arrondissement de Ville-Marie, abonnez-vous à l'infolettre :

 [ville.montreal.qc.ca/villemarie](http://ville.montreal.qc.ca/villemarie)

 /centrevillemontreal  @centrevillemtl

# ZOOM SUR Réjean

Nom Réjean Poitras | Camelot n° 509 | Âge 67 ans  
Point de vente Marché Jean-Talon

À l'itinéraire depuis maintenant une dizaine d'années, Réjean n'a pas connu un parcours qu'il qualifierait de difficile, comme c'est le cas de plusieurs camelots. Après avoir complété un diplôme d'études en administration à l'UQÀM, il a occupé différents emplois, sans toutefois obtenir un poste permanent. Quand il a perdu son emploi dans le domaine de l'hôtellerie, il ne s'est pas découragé, mais ses efforts pour réintégrer le marché du travail n'ont pas porté leurs fruits.


**Comme un poisson dans l'eau**  
C'est ainsi qu'il a pensé à intégrer l'équipe du groupe communautaire. « Je ne connaissais pas *L'itinéraire* avant, mais je voyais plusieurs camelots vendre le magazine dans la rue. C'est là que m'est venue l'idée d'aller m'informer sur ce groupe. » Réjean dit ne jamais s'être senti jugé par les gens autour de son lieu de vente. Malgré son tempérament de nature timide, le camelot a l'habitude de travailler avec le public et se sent comme un poisson dans l'eau sur son point de distribution du marché Jean-Talon, où il fait désormais partie du décor. « J'ai toujours fait de la vente. Alors vendre un magazine, pour moi, ce n'est pas un problème. »

En plus d'être camelot, Réjean travaillait pour la Commission scolaire de Montréal comme surveillant, sur l'heure du dîner. Mais en janvier dernier, il a malheureusement été mis à pied, suite aux coupures budgétaires gouvernementales. Il avoue avoir trouvé cette période compliquée car il lui est difficile de subvenir à tous ses besoins en travaillant uniquement comme camelot, d'autant plus qu'il a l'impression que ses ventes diminuent d'année en année, et que son temps de travail n'est pas toujours récompensé. « L'inconvénient, c'est qu'on peut passer beaucoup d'heures sur son lieu de vente, pour finalement récolter peu de revenus. »

#### **Le contact avec le public, un aspect primordial**

Réjean espère toujours trouver un nouvel emploi mais se heurte aux préjugés dus à son âge. Malgré tout, il garde le sourire et n'abandonne pas ses recherches, même s'il souhaite rester à *L'itinéraire* autant qu'il le pourra. En plus d'aimer la vente, il prend plaisir à revoir les mêmes clients sur son point de vente et à échanger avec eux. Être camelot lui permet d'avoir un contact avec le public et de briser l'isolement, et c'est ce qu'il apprécie avant tout dans ce travail.

Par Sarah Déry,  
bénévole à la rédaction  
Photo : Alexandra Guellil



L'arrondissement de Ville-Marie reconnaît  
l'excellent travail de l'équipe du magazine *L'itinéraire*.

## NOS PARTENAIRES ESSENTIELS DE LUTTE CONTRE LA PAUVRETÉ

Le magazine L'itinéraire a été créé en 1992 par Pierrette Desrosiers, Denise English, François Thivierge et Michèle Wilson. À cette époque, il était destiné aux gens en difficulté et offert gratuitement dans les services d'aide et les maisons de chambres. Depuis mai 1994, L'itinéraire est vendu régulièrement dans la rue. Cette publication est produite et rédigée par des journalistes professionnels et une cinquantaine de personnes vivant ou ayant connu l'itinérance, dans le but de leur venir en aide et de permettre leur réinsertion sociale et professionnelle.

Le Groupe L'itinéraire a pour mission de réaliser des projets d'économie sociale et des programmes d'insertion socioprofessionnelle, destinés au mieux-être des personnes vulnérables, soit des hommes et des femmes, jeunes ou âgés, à faible revenu et sans emploi, vivant notamment en situation d'itinérance, d'isolement social, de maladie mentale ou de dépendance. L'organisme propose des services de soutien communautaire et un milieu de vie à quelque 200 personnes afin de favoriser le développement social et l'autonomie fonctionnelle des personnes qui participent à ses programmes. Sans nos partenaires principaux qui contribuent de façon importante à la mission ou nos partenaires de réalisation engagés dans nos programmes, nous ne pourrions aider autant de personnes. L'itinéraire, c'est aussi plus de 2000 donateurs individuels et corporatifs qui aident nos camelots à s'en sortir. Merci à tous !

La direction de L'itinéraire tient à rappeler qu'elle n'est pas responsable des gestes des vendeurs dans la rue.

Si ces derniers vous proposent tout autre produit que le journal ou sollicitent des dons, ils ne le font pas pour L'itinéraire. Si vous avez des commentaires sur les propos tenus par les vendeurs ou sur leur comportement, communiquez sans hésiter avec Shawn Bourdages, chef du développement social par courriel à : [shawn.bourdages@itineraire.ca](mailto:shawn.bourdages@itineraire.ca) ou par téléphone au : 514 597-0238 poste 222.

Nous reconnaissons l'appui financier du gouvernement du Canada par l'entremise du Fonds du Canada pour les périodiques, qui relève de Patrimoine canadien. Les opinions exprimées dans cette publication (ou sur ce site Web) ne reflètent pas forcément celles du ministère du Patrimoine canadien.

Canada

ISSN-1481-3572  
n° de charité : 13648 4219 RR0001

L'ITINÉRAIRE



### RÉDACTION ET ADMINISTRATION

2103, Sainte-Catherine Est  
Montréal (Qc) H2K 2H9

### LE CAFÉ L'ITINÉRAIRE

2101, RUE SAINTÉ-CATHERINE EST  
Téléphone : 514 597-0238  
Télécopieur : 514 597-1544  
Site : [www.itineraire.ca](http://www.itineraire.ca)

DIRECTRICE GÉNÉRALE :  
CHRISTINE RICHARD

### RÉDACTION

Chef du secteur magazine et rédactrice en chef : JOSÉE PANET-RAYMOND

Journaliste, responsable société : ALEXANDRA GUELLIL

Photographe : MARIO ALBERTO REYES ZAMORA

Responsable de la formation des participants : CHARLES-ÉRIC LAVERY

Chargé de l'accompagnement des participants : SIMON POSNIC

Responsable de la création visuelle : MILTON FERNANDES

Journaliste affectée à la version numérique : GENEVIÈVE BERTRAND

Collaborateur : IANIK MARCIL

Webmestre bénévole : JUAN CARLOS JIMENEZ

Adjoints à la rédaction : CHRISTINE BARBEAU, MARTINE BOUCHARD-PIGEON,

MARIE BRION, DANY CHARTRAND, SARAH DÉRY, SARAH LAURENDEAU, HÉLÈNE

MAI, JENNIFER PITOSCIA, LAËTITIA THÉLÈME, CHANTAL VANASSE

Révision des épreuves : PAUL ARSENAULT, MICHÈLE DETEIX, LUCIE LAPORTE

Photo de la une : MARIO ALBERTO REYES ZAMORA

### ADMINISTRATION

Chef des opérations et des ressources humaines : DUFFAY ROMANO

Responsable de la comptabilité : ANYA SANCHEZ

Adjointe administrative : NANCY TRÉPANIÉ

Responsable du financement : DOMINIQUE RACINE

### DÉVELOPPEMENT SOCIAL

Chef du développement social : SHAWN BOURDAGES

Intervenant psychosocial : JEAN-FRANÇOIS MORIN-ROBERGE

Responsable du Café : PIERRE TOUGAS

### CONSEIL D'ADMINISTRATION

Président : GUY LARIVIÈRE - Glasford International Canada

Trésorier : GRÉGOIRE PILON - Ernst & Young S.R.L./S.E.N.C.R.L.

Vice-président : JEAN-PAUL LEBEL - Camelot de L'itinéraire

Administrateurs : ALEXANDRE PÉLOQUIN - Camelot de L'itinéraire

ISABELLE MONETTE - Fondation CSN

KATHERINE NAUD - Perspectives Jeunesse

Représentant des camelots : GUY THIBAUT - Camelot de L'itinéraire

### VENTES PUBLICITAIRES 514 597-0238 poste 234

Conseillère : RENÉE LARIVIÈRE (450-541-1294)

[renee.lariviere18@gmail.com](mailto:renee.lariviere18@gmail.com)

### GESTION DE L'IMPRESSIION

TVA PUBLICATIONS INC.

DIVISION ÉDITIONS SUR MESURE | 514 848-7000

Directeur général : ROBERT RENAUD

Chef des communications graphiques : DIANE GIGNAC

Chargée de projets : MARILYN FORTIN

Imprimeur : TRANSCONTINENTAL

Convention de la poste publication N°40910015, N° d'enregistrement 10764.

Retourner toute correspondance ne pouvant être livrée au Canada,

au Groupe communautaire L'itinéraire :

2103, Sainte-Catherine Est,

Montréal (Québec) H2K 2H9

Québecor est fière de soutenir l'action sociale de L'itinéraire en contribuant à la production du magazine et en lui procurant des services de télécommunications.

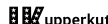
## PARTENAIRES MAJEURS

Canada Québec Ville-Marie Montréal

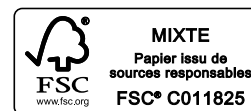
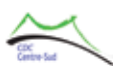
Nous tenons à remercier le ministère de la Santé et des Services sociaux de même que le Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal pour leur contribution financière permettant ainsi la poursuite de notre mandat.

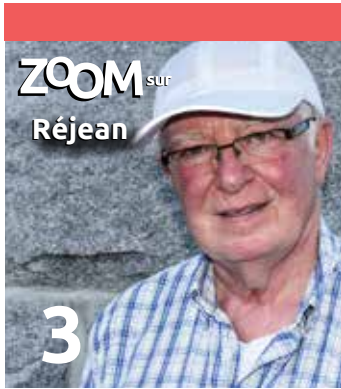
QUÉBECOR

## PRINCIPAUX PARTENAIRES DE PROJETS



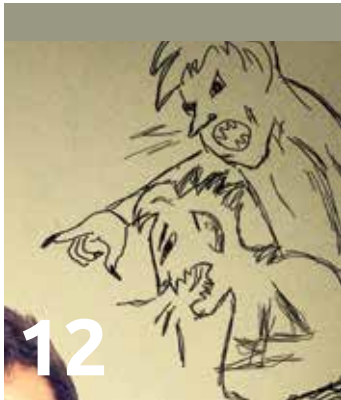
## L'ITINÉRAIRE EST MEMBRE DE





## MOTS DE CAMELOTS

Sylvain Pépin-Girard	11
Bernard Leblanc	11
Michel Dumont	11
Réal Lambert	36
Gisèle Nadeau	36
Mélanie Noël	36
France Beaumont	43
France Lapointe	43
Daniel Grady	43



## DOSSIER

### SANTÉ MENTALE VIVRE SA MALADIE AUTREMENT

- Démence créatrice  
*Par Gilles Leblanc*
- Entendre des voix : En parler, comprendre et s'outiller
- L'entourage, clé de voûte dans le rétablissement
- Bloguer sa maladie : Se confier en ligne pour se soigner ?  
*Par Alexandra Guellil*
- Away, run neurones  
*Par P'tit Fred*



## ENTREVUE

### DINO TAVARONE « Dans le fond, tu ris pour ne pas pleurer »

L'acteur italien Dino Tavarone est à l'affiche de *Mon ami Dino*, pour ce qui sera sans doute son dernier rôle. Interrogé par un de nos camelots, il est revenu sur son parcours atypique et a livré son point de vue sur divers problèmes de société, avec humour et philosophie.

Par Tuan Trieu-Hoang

# SOMMAIRE

15 août 2016  
Volume XXIII, n° 16

ÉDITORIAL	7
Ces petites voix dans nos têtes Par Josée Panet-raymond	
RÉGIONS	8
Une itinérance invisible mais bien présente Par Adam	
ROND-POINT INTERNATIONAL	10
CARREFOUR	21
SOCIÉTÉ	22
Déconstruire les préjugés envers les squeegees Par Rose	
INFO RAPSIM	28
Un pas dans la bonne direction Par Pierre Gaudreau, <i>coordonnateur du RAPSIM</i>	
COMPTES À RENDRE	29
Fragile Europe Par Ianik Marcil, <i>économiste indépendant</i>	
DANS LA TÊTE DES CAMELOTS	30
PHOTOREPORTAGE	32
Trouver refuge dans le rire Par Guillaume Vermette	
EXPOSITION	37
<i>Apocalypse Disco - Z'ilon Story</i> Par Siou	
VIE DE QUARTIER	40
Pointe-aux-Trembles Par Lucette Bélanger	
BD	42
Par Isabelle Raymond	
DÉTENTE	44
À PROPOS DE LA SCHIZOPHRÉNIE	46

## MOTS DE LECTEURS

Je suis une banlieusarde par excellence et je viens rarement dans la grande ville de Montréal. Par contre, lorsque je viens, je ne manque pas d'acheter *L'itinéraire* au premier camelot qui me l'offre. J'adore la fierté des camelots. Ils sont si fiers, et avec raison, de contribuer à la revue. Si toutes les personnes étaient si fières de leur travail ! De plus, j'aime la revue. Les articles sont intéressants et c'est un vrai travail de pro. Bravo !

Carole Stevenson

### Message Facebook

Je suis abonnée à *L'itinéraire* depuis quatre ans par l'entremise de Marjolaine Thibeault. Cette revue mérite d'être connue et appréciée à sa juste valeur. D'émouvants témoignages de courage de persévérance, d'altruisme, de reconnaissance.

Liliane Tremblay

Les camelots sont des travailleurs autonomes.

50 % du prix de vente du magazine leur revient.



ÉCRIVEZ-NOUS !

[COURRIER@ITINERAIRE.CA](mailto:COURRIER@ITINERAIRE.CA)

Des lettres courtes et signées, svp !

La Rédaction se réserve le droit d'écourter certains commentaires.

# MA PLACE EN SANTÉ, j'y tiens

SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX

## La privatisation affaiblit notre réseau public



REFUSONS  
L'AUSTÉRITÉ

maplaceensante.com

DE LA  
**SURVIE**



À LA

# VIE

Oui, j'appuie L'itinéraire :

- DONS
- CARTES-REPAS
- ABONNEMENT

Pour rejoindre notre service aux donateurs :

☎ 514 597-0238, poste 240

@ dominique.racine@itineraire.ca

JE FAIS UN DON DE :  40 \$  50 \$  75 \$  100 \$ ou \_\_\_\_\_ \$<sup>1</sup>

JE VEUX ACHETER DES CARTES-REPAS :

J'offre \_\_\_\_\_ cartes-repas à 6 \$ chacune = \_\_\_\_\_ \$<sup>1</sup>

TOTAL DE MA CONTRIBUTION : \_\_\_\_\_ \$<sup>1</sup>

DONS + CARTES-REPAS

JE VEUX M'ABONNER AU MAGAZINE :

Je m'abonne pour une période de :

12 mois, **24 numéros** (124,18 \$ avec taxes)

6 mois, **12 numéros** (62,09 \$ avec taxes)

Nom ou N° de camelot (s'il y a lieu) : \_\_\_\_\_

L'ITINÉRAIRE

<sup>1</sup> Pour respecter l'écologie et réduire ses frais postaux, L'itinéraire envoie le reçu d'impôt une seule fois par année, au début de janvier suivant le don.

Vous pouvez faire un don directement en ligne  
sur notre site [www.itineraire.ca](http://www.itineraire.ca)

Merci!

N° de charité de l'organisme : 13648 4219 RR0001

IDENTIFICATION  Mme  M.

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Ville : \_\_\_\_\_ Code postal : \_\_\_\_ - \_\_\_\_

Courriel : \_\_\_\_\_

Téléphone : (\_\_\_\_) \_\_\_\_\_

MODE DE PAIEMENT

Chèque au nom du Groupe communautaire L'itinéraire

Visa  MasterCard

N° de la carte : | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Expiration \_\_\_\_ / \_\_\_\_  
(Mois) (Année)

Signature du titulaire de la carte

Postez votre coupon-réponse au Groupe communautaire L'itinéraire  
2103, rue Sainte-Catherine Est, 3<sup>e</sup> étage, Montréal (Québec) H2K 2H9



## Ces petites voix dans nos têtes

Tout le monde a sa petite voix à l'intérieur de sa tête. Soit elle est positive et nous encourage ou nous reconforte, soit elle est négative et nous juge, nous critique. Je pense aussi à l'image du petit diable sur une épaule et de l'ange sur l'autre qui se disputent notre attention. Ces voix, pour la plupart des gens, sont passagères et souvent sans grande importance. Une chose est certaine toutefois, les voix négatives s'alimentent de nos peurs et de nos craintes.

Mais il y a ceux et celles dont les voix prennent tellement de place dans leur tête qu'il devient difficile sinon impossible de vivre normalement. Des voix qui commandent, qui induisent la paranoïa, des voix qui font peur. L'enfer !

Vous pourrez lire dans le dossier du magazine les témoignages de personnes atteintes de maladies mentales, qui entendent des voix et qui ont recours à divers moyens pour les faire taire ou les apprivoiser. Elles en parlent courageusement, malgré la peur du jugement et du rejet.

Justement, parlons-en de la peur. Il en existe des centaines allant des craintes les plus banales à celles de voir le ciel nous tomber sur la tête. Avoir peur de rater son bus, de faire rire de soi, d'être rejeté, de tomber malade, de la guerre nucléaire, ou pire encore... de voir les Américains élire Donald Trump !

Qui d'entre nous n'a jamais vécu une expérience traumatisante, un deuil, un choc émotif qui l'a plongé dans un état de grande peine ou de dépression ? Ce sont des périodes de vie où il est difficile d'y voir clair. On marche bien souvent à côté de nos pompes et on ne raisonne pas aussi bien que d'habitude. Le mental tombe malade. On est alors atteint d'une maladie mentale de circonstance.

### Guérir de la peur

L'une des façons les plus efficaces de vaincre ses peurs, qu'elles soient fondées ou le fruit de notre imagination, c'est de les affronter, de les regarder en pleine face et de se dire qu'elles ne nous arrêteront pas. C'est ce que font la plupart des gens.

Une autre excellente façon de les surmonter, c'est d'en parler. De dire à une personne de confiance qu'on est habité par une peur qui nous empêche de fonctionner ou qui nous nuit. La plupart du temps, cette seule divulgation aura un effet apaisant et contribuera à diminuer l'importance qu'on y accorde. Et puis, lorsqu'on partage avec d'autres, on se rend souvent compte que nous ne sommes pas les seuls à éprouver ces peurs, aussi irrationnelles soient-elles.

Souvent, quand elles sont profondes et inconscientes, les peurs se manifestent par des cauchemars, peuplés de monstres, de diables, d'êtres effrayants. Tout le monde en est affligé à un moment ou l'autre de sa vie. Mais pour certaines personnes, ces cauchemars se vivent à l'état de veille, à tout moment de la journée. Ce qu'elles vivent est en quelque sorte comparable à ce que vit la majorité des gens, mais à un niveau beaucoup plus élevé.

Parce que, si l'on compare les troubles mentaux et la maladie mentale proprement dite, c'est un peu comme faire la différence entre un rhume mineur et une pneumonie.

C'est pourquoi il est important d'en parler, même si ça met mal à l'aise. Pourquoi ne pas aborder la schizophrénie ou les psychoses comme on le ferait pour le diabète ou l'arthrite ? Si on n'en parle pas, on contribue à entretenir les mythes, la désinformation, les fausses croyances. Et le silence contribue aussi à la stigmatisation des personnes atteintes, ce qui n'aide personne en fin de compte. ■



## RÉGIONS

PAR ADAM  
CAMELOT BOIS-DES-FILION

### MRC Les Moulins

# Une itinérance invisible mais bien présente

Si l'itinérance est moins visible sur la Rive-Nord qu'à Montréal, elle demeure une réelle problématique prise très au sérieux. Malgré les coupures budgétaires, les organismes et la communauté locale mettent tout en œuvre pour répondre aux besoins des personnes sans-abri.

Pourquoi n'entend-t-on pas parler de l'itinérance à Terrebonne ? « L'itinérance est invisible, c'est plus honteux sur la Rive-Nord où les gens tentent, par dignité, de cacher leur situation, d'après Fabien Michaud, coordonnateur clinique à La Hutte - Hébergement d'urgence. Mais les organismes sont bien organisés. » L'organisme, situé à Terrebonne est le cœur et l'âme des services sociaux de Lanaudière. Son adresse reste confidentielle pour des raisons de sécurité pour les employés, pour protéger la clientèle, et surtout pour garder un climat de paix avec les voisins.

Dans ce secteur, les personnes sans-abri ne trainent pas sur le trottoir ou dans le métro comme à Montréal, elles sont plus isolées et préfèrent souvent se cacher. C'est pourquoi les forces de l'ordre et les travailleurs de rue retrouvent un peu partout des gens couchés dans des conteneurs, derrière des commerces, derrière des cabanes à jardin. Ils les réfèrent alors à La Hutte.

Souvent, les personnes arrivent avec leurs seuls vêtements sur le dos. Elles ne viennent pas toutes de la Rive-Nord mais aussi des Laurentides, de Trois-Rivières, Laval ou Montréal. On les invite à prendre une douche, on leur prête du linge chaud et propre, et pendant qu'elles dorment la nuit, on fait leur lavage. Elles peuvent ainsi repartir le lendemain matin avec leur linge propre.

Très souvent, l'organisme coopère avec les autres ressources locales pour aider la clientèle. Par exemple, l'hiver dernier, un individu est arrivé à La Hutte avec une paire de souliers inadéquate. Il venait directement de Montréal et racontait que durant une nuit, il s'était fait voler ses bottes dans un dortoir. Il en avait immédiatement averti le préposé en place en se levant le matin, et celui-ci lui avait simplement répondu d'aller se procurer des bottes à deux ou trois maisons de là, nus bas dans la neige. « Si le pauvre homme avait passé la nuit ici, explique Fabien Michaud, c'est clair que cela ne serait pas arrivé. Quand il nous a expliqué son problème, nous avons communiqué avec un autre organisme partenaire pour lui trouver des bottes adaptées. »

#### Des réponses adaptées aux besoins

« Il est faux d'utiliser le terme itinérant », dit Fabien Michaud, qui préfère parler de « personnes en situation d'itinérance ». « Pour nous, ce sont d'abord et avant tout des personnes. »

Une philosophie de l'accompagnement règne sur la Rive-Nord : « La question que nous posons aux gens n'est pas : "comment je peux t'aider ?" mais plutôt "quels sont tes besoins ?". » À partir de là, chaque organisme réfère la personne à la structure la plus à même de combler ses besoins. Ainsi, chaque individu dispose d'un dossier dans tous les organismes par lesquels il est passé, et son suivi est assuré 24 heures sur 24.

Certaines personnes sont aussi suivies par un service de fiducie volontaire, afin de les aider à mieux maîtriser leur budget. Un programme mis sur pied en février 2016, en collaboration avec le Centre local d'emploi de Terrebonne, qui fournit un encadrement adapté à la personne participante et l'aide dans sa volonté d'améliorer ses conditions de vie.

#### Les coupures ont permis à l'organisme de revoir ses pratiques

Selon le rapport d'activités 2015-2016, qui n'a pas encore été publié, les coupures du gouvernement ont affecté les services offerts par La Hutte. « Mais tu ne parles pas à un organisme négatif là ! », lance Fabien Michaud, bien que la moitié du personnel d'urgence a dû être mise à pied, et que le nombre de lits est passé de 16 à 9. Les coupes ont obligé l'organisme à revoir ses façons de faire et à accompagner différemment sa clientèle, avec des effets bénéfiques autant à court qu'à long terme « On n'est pas en attente du

La Hutte a remis cette année  
555 pièces de vêtements, offert  
plus de 1200 produits d'hygiène  
et fait 2228 brassées de lavage



Parc de l'Île-des-Moulins

gouvernement, a tenu à souligner Fabien Michaud. *On accompagne nos gens avec l'ensemble de notre communauté. Si celle-ci ne nous soutenait pas, nous ne pourrions pas en faire autant.* »

#### L'importance du maillage local

Sur la Rive-Nord, où les populations sont beaucoup moins nombreuses qu'à Montréal, les ressources se font plus rares, mais l'entraide est souvent plus présente que dans une grande ville.

On ne travaille pas nécessairement mieux sur la Rive-Nord qu'à Montréal, mais l'approche de la lutte contre l'itinérance est différente. La Hutte offre des repas équilibrés et variés. Cette année, pas moins de 15 848 repas et collations ont été distribués, 180 boîtes à lunch et 790 dépannages alimentaires, pour un coût total qui n'a pas dépassé les 800 \$. Quand on demande à Fabien Michaud d'où provenaient ces aliments, sa réponse est instantanée : « *Du IGA du coin, qui a accepté de faire des dons en nourriture, de la boulangerie qui offre du pain et de la pizza, de La Galilée, Moisson Laurentides et Moisson Lanaudière. Et nous recevons des dons de toutes sortes de la communauté. C'est ça de travailler avec sa communauté, si tu ne travailles pas avec elle, rien de tout ça n'est possible.* » Depuis décembre 2015, deux dentistes ont commencé à offrir des soins à plusieurs personnes accompagnées souffrant d'une rage de dents. Ces dentistes les accueillent dans leurs cabinets et offrent leurs services pour les soulager de la douleur, mais également pour des réparations. Et ce, gratuitement.

#### Des logements mis à disposition par les propriétaires

Un Réseau des propriétaires sympathisants a été créé afin d'accroître l'offre de logements disponibles pour la clientèle itinérante. À ce jour, le réseau rejoint les villes de Terrebonne, Mascouche, Repentigny ainsi que Lavaltrie et regroupe 19 propriétaires qui offrent 95 logements et 83 chambres aux personnes sans-abri. « *Les propriétaires savent qu'ils vont avoir des problèmes avec ces gens, mais ils savent surtout que nous allons aussi les accompagner et les superviser* », indique Fabien Michaud. Ce programme a débuté le 1<sup>er</sup> août 2015 et se poursuivra jusqu'au 31 mars 2019. Il est en partie financé par Service Canada dans le cadre de la Stratégie des partenariats de lutte contre l'itinérance (SPLI). Le coordonnateur cite aussi le programme

de bénévolat avec Centraide, qui incite les gens à se reprendre en mains : une personne peut par exemple offrir son temps et ses mains en échange d'un poêle, d'un frigo, ou d'une laveuse.

Voilà ce que La Hutte-hébergement d'urgence Terrebonne fait pour sa communauté, et celle-ci le lui rend bien. Car les citoyens de la Rive-Nord ont bien conscience que nous pouvons tous, à un moment de notre vie, connaître des points de rupture. ■

## Objectif : sortir 100 personnes de la rue d'ici 2019

Environ 600 personnes de 18 ans et plus viennent frapper à la porte de La Hutte chaque année, dont deux tiers sont des hommes, pour une moyenne d'âge comprise entre 30 et 60 ans. La Hutte se donne comme mission, d'ici 2019, de sortir de la rue 100 personnes en situation d'itinérance. Un objectif déjà rempli pour moitié.



**ÉTATS-UNIS** | Les marionnettes de Jack font rire les enfants

PHOTO : WHITLEY O'CONNOR



Un sans-abri d'Oklahoma City, Jack Howell, a trouvé du réconfort dans la création de marionnettes à partir de débris qu'il trouve dans la rue. Comme l'une des rares animations de rue, le spectacle de marionnettes de Jack est maintenant devenu un incontournable. Il affirme au journal de rue *The Curbside Chronicle* que son projet d'art lui a apporté beaucoup d'espoir depuis sa séparation d'avec sa femme et la perte de ses enfants. Jack a confectionné plus de 30 marionnettes à ce jour. « Elles ont toutes leurs propres trucs qui font qu'elles sont uniques. Et il y a un peu de moi dans chacune d'elles. » Parfois, Jack craint que ses enfants soient gênés par son nouveau passe-temps. « Je le fais pour garder mon esprit occupé. Pour me garder sain d'esprit... ou non, de toute façon », plaisante Jack. Bien qu'il reçoive des pourboires de son public, il affirme ne rien demander. « J'aime bien voir le sourire des enfants. Ça me fait rire autant qu'eux. » (*The Curbside Chronicle*)

**BRÉSIL** | La boxe qui change des vies

« La boxe c'est cool ! », affirme Carlos Eduardo, un participant de 9 ans de Fight For Peace, une académie de boxe et d'arts martiaux pour les jeunes des favelas les plus pauvres de Rio de Janeiro. Dans cette ville qui accueille actuellement les Jeux olympiques, des jeunes se tournent vers le sport pour éviter de tomber dans le crime. C'est le cas de Carlos Viana, 33 ans, qui n'avait aucune scolarisation, et qui est passé par l'académie. Ce qu'il y a appris lui a permis de changer sa vie. Si bien qu'il a réussi à faire des études et obtenir un diplôme universitaire. Viana a d'ailleurs été choisi comme porteur de la flamme olympique. « Je veux porter le flambeau olympique pour montrer qu'il est possible de surmonter l'adversité et je veux envoyer un message de motivation aux autres. » (*INSP-Reuters*)



PHOTO : NACHO DOCE-REUTERS

**HONDURAS** | L'école qui nourrit

Pour les écoliers pauvres du village reculé de Coloaca, dans l'ouest du Honduras, l'instruction n'est pas la seule chose qu'ils reçoivent. C'est aussi une occasion pour eux de profiter d'un repas nutritif. Un projet d'alimentation scolaire durable a le double avantage d'améliorer la nutrition des élèves et de soutenir directement les petits agriculteurs locaux.

Il y a cinq ans, un programme d'alimentation scolaire durable (PAES) a été lancé dans ce domaine. Il a amélioré l'état nutritionnel des enfants de la région et bénéficie beaucoup de la participation locale, gouvernementale et internationale.

En Amérique centrale, le Honduras occupe le deuxième rang en matière de malnutrition infantile, après le Guatemala, selon un rapport de 2012 du Programme alimentaire mondial (PAM). D'après le PAM, un enfant sur quatre souffre de malnutrition chronique. (*IPS*)



Les élèves de l'école República de Venezuela, dans le village indigène Lenca de Coloaca, dans l'ouest du Honduras, ont un potager pour cultiver des légumes et, en même temps, apprennent l'importance d'une alimentation saine.

PHOTO : THELMA MEJIA/IPS

L'itinéraire est membre du *International Network of Street Papers* (Réseau International des Journaux de Rue - INSP). Le réseau apporte son soutien à près de 120 journaux de rue dans 35 pays sur six continents. Plus de 250 000 sans-abri ont vu leur vie changer grâce à la vente de journaux de rue. Le contenu de ces pages nous a été relayé par nos collègues à travers le monde. Pour en savoir plus, visitez [www.street-papers.org](http://www.street-papers.org).



## Le paranormal est ma vie

Je voudrais vous parler des bruits ou esprits qui hantent ma chambre. J'ai remarqué que plus tu as peur et plus les bruits sont forts. Ça peut être des paroles, des grincements de porte, des pas, un courant d'air froid qui vient vers soi. C'est comme si une entité te surveillait lorsque tu dors ou lorsque tu t'apprêtes à dormir.

L'autre soir, j'ai vu une ombre qui était assise sur ma chaise et qui s'est levée à un moment précis. Alors, j'ai tout de suite su que je l'avais créée moi-même, ce qui est fort probable.

Je me suis amusé à faire des incantations avant que je dorme et une de ces incantations était d'ouvrir le portail entre la vie et la mort. Je voulais parler aux esprits qui hantent ma chambre pour leur demander ce qu'ils attendent de moi : le bien ou le mal ? J'ai commencé à faire un jeu avec eux-mêmes : de ne pas faire de bruit quand ils ne sont pas là et de faire un bruit ou deux quand ils sont là. Maintenant, j'ai moins peur des esprits mais les entités ombrifiques (*shadow people*), eux-mêmes, ils me font toujours peur. Ce sont des esprits sournois parce que tu ne sais jamais ce qu'ils peuvent faire. Plus la personne a peur, et plus ils s'approchent d'elle ou de lui. Si tu rentres en contact avec, il entre en toi et tu es cuit. Même les croix de Dieu ne peuvent pas te sauver.

Moi j'ai réussi à en faire partir un mais il en reste, je le sais parce que je les ressens et les vois encore. Mais j'ai réussi à les accepter, ils font partie de moi, et ce n'est pas parce qu'ils sont dans une autre dimension qu'on ne peut pas les accepter.

La chose la plus importante, c'est l'ouverture d'esprit : mieux vaut les traiter comme des messagers plutôt que comme des monstres ou des démons.

**SYLVAIN PÉPIN-GIRARD**  
PRÉPOSÉ À L'ENTRETIEN MÉNAGER



## Ma vie parallèle

J'entends des voix, mais je n'obéis pas aux voix. Il y en a qui peuvent tuer quelqu'un, être violents envers les autres et envers eux-mêmes. C'est compliqué, tout ça.

Il n'y a aucune violence dans les voix. Je ne prends pas vraiment le temps de les écouter, je les entends, c'est déjà assez ! La voix que j'entends, c'est toujours celle de mon cousin, depuis le début. Stéphane, un autre camelot, lui ressemble d'ailleurs.

Je ne reste pas chez nous à rien faire et à écouter les voix, je ne me laisse pas emporter par émotions et je n'ai pas d'idées suicidaires.

Jean-Paul Sartre, Heidegger. On a tous chacun notre histoire. Sartre disait que les schizophrènes sont ceux qui se rappellent de leurs rêves. Je ne suis pas d'accord avec ça : n'importe qui peut se rappeler de ses rêves. Mais je ne prends pas mes rêves pour la réalité, et je ne prends pas mes voix pour la réalité.

Je prends des médicaments, mais je trouve que c'est une insulte à l'intelligence humaine. Je me sens un peu comme un légume quand je prends ça. Les psychiatres, c'est un peu comme des *pushers*. Ils ne jurent que par les médicaments ! Comme un prêtre avec sa Bible.

J'ai lu *Histoire de la folie à l'âge classique* de Michel Foucault. Il dit que tu ne peux pas raisonner à 100 %, qu'à un moment donné, tu passes de la raison à la déraison. Ma mère m'avait dit que j'avais des propos délirants, mais je ne prends pas conscience que je délire. Il faut *dealer* avec la maladie mentale, avec sa vie parallèle, même quand on nous traite de psychiatriques ou de marginaux.

Quand je travaille, je n'ai pas le temps de penser, ça m'évite d'avoir des hallucinations et d'entendre des voix, ça me permet d'être plus terre-à-terre. J'ai une pensée philosophique quotidienne. Ça m'aide dans ma vie de tous les jours, ça m'aide à mieux me comprendre et à mieux comprendre les autres.

**BERNARD LEBLANC**  
CAMELOT MÉTRO VENDÔME



## MOTS DE CAMELOTS

### Les voix de ma voisine

Il y a environ trois ans, je restais en chambre au coin de Sainte-Catherine et Davidson. Une femme se cherchait une chambre et elle s'est finalement installée à côté de la mienne. Elle était sympathique et à l'occasion, elle m'achetait même le magazine. J'ai commencé à l'entendre parler pendant la nuit, ça me réveillait. Au début, je n'y portais pas attention, je croyais qu'elle avait de la visite. Un jour en particulier, je l'ai entendue dire : « *Va-t'en, esprit malin ! Tu ne me fais pas peur !* ». Je commençais à trouver que quelque chose clochait.

De fil en aiguille, je suis devenu ami avec. Elle a commencé à me raconter qu'elle entendait des voix. J'ai alors compris qu'elle était schizophrène. C'était difficile pour moi car je n'avais jamais eu d'amie avec cette maladie. J'essayais de l'aider, de lui apporter du positif. Je me suis aperçu que ce n'est pas une maladie qui se contrôle uniquement par la parole, mais par des médicaments aussi. Ce n'était quand même pas drôle de se faire réveiller la nuit à cause de ça !

J'essayais de l'encourager. Je crois que la solitude ne l'aidait pas. Peut-être est-ce quelque chose qu'elle a subi aussi quand elle était jeune. Je ne souhaite cette maladie à personne. On ne peut pas être heureux de cette façon. Ce n'est pas juste dans les films qu'on voit cela, c'est dans la réalité, et il ne faut pas rire de ça.

À mon avis, ces personnes ont besoin de plus de contact social. Alors, s'il-vous-plaît, chers lecteurs, si vous rencontrez une personne qui a cette maladie mentale, conseillez-lui d'aller voir un spécialiste, et parlez-lui, offrez-lui de l'aide. La conversation aide à ne plus penser à nos problèmes, à sévader.

**MICHEL DUMONT**  
CAMELOT MANSFIELD / RENÉ-LÉVESQUE



# SANTÉ MENTALE

## VIVRE SA MALADIE AUTREMENT

Que ce soit pour la bipolarité, la schizophrénie ou encore la dépression, il existe différentes façons de vivre au quotidien des problèmes de santé mentale. De nombreuses approches, soutenues par les recherches scientifiques dans le domaine, révèlent ainsi tout autant l'importance de la pratique d'une activité artistique ou sportive que celle d'un environnement social fiable et compréhensif.

Si la stigmatisation envers les personnes ayant un trouble de santé mentale, la maladie en elle-même ou ses symptômes, est encore présente, les initiatives favorisant l'échange des savoirs prennent de plus en plus d'ampleur. Ces dernières ont comme finalité de permettre à ces personnes d'entrevoir un quotidien certainement plus positif, tourné vers la compréhension, l'adaptation et la communication.



## TÉMOIGNAGE

PAR GILLES LEBLANC  
CAMELOT-PARTICIPANT

## Démence créatrice

**Un quart de siècle d'introspection m'a permis de mieux cohabiter avec les hauts et les bas de ma maladie bipolaire. Ce n'est pas pour rien qu'on la nomme « le cancer de l'âme ». Même la médication prescrite pour cette problématique en santé mentale ne peut procurer une guérison définitive.**

Les pilules me servent tout de même à quelque chose : elles diminuent l'intensité de mes émotions lorsque je suis hyperactif (*high*). Le hic, avec ces drogues légales, est qu'elles ne m'extirpent pas de mes phases dépressives.

Autre particularité de ma problématique, mon hypersensibilité m'est plus nuisible que bénéfique, et fait de moi une personne profondément vulnérable. Alors tous les événements et les situations vécus me transforment en victime sans défense.

Étrange sensation pour être en état de produire des tableaux et rédiger des textes. Ce n'est donc pas chose facile, surtout pour une personne aux humeurs changeantes comme moi. De plus, la quantité astronomique de médicaments que je dois engloutir au quotidien me rend incapable de me concentrer plus de quatre à cinq minutes d'affilée.

### L'art, un outil d'affirmation de soi

Toutefois, les intervenants en santé mentale que j'ai consultés m'ont donné l'opportunité d'explorer les différentes facettes de ma personnalité à deux pôles, afin que je les apprivoise.

Certes, la souffrance est formatrice, mais ce sont mes cours en arts au cégep et à l'université qui m'ont permis de développer l'habitude de

finir ce que je commence. De même, j'y ai conscientisé que le temps nécessaire pour produire une œuvre ne s'anticipe pas. Le système d'éducation m'a ainsi permis de découvrir mes talents de créativité.

Il y a trois ans, je me suis remis à peindre. La reconnaissance de mes pairs et mon besoin d'exister étaient puissants. Pour ce faire, j'ai dû adapter mes symptômes bipolaires de type psychotique à mes connaissances académiques en arts plastiques.

Mais créer n'est pas aisé. J'ai appris à œuvrer en dépit de ma fatigue physique et psychique. Qu'importe l'ampleur du projet. L'objectif est de savoir utiliser ma fatigue, et mon tempérament du moment pour produire.

### Plus qu'un loisir, un besoin

Toutefois, être bipolaire n'a pas que des désavantages. En effet, quand ma tête est envahie d'un nombre incalculable d'idées, je deviens prolifique. C'est ce que les manico-dépressifs appellent avoir des *up*.

Deux vies ne suffiraient pas pour mener à terme toutes les idées qui se bousculent incessamment dans mon imagination. En bref, mon cerveau fonctionne plus rapidement que ceux des gens dits normaux.

Résiliant par la force de l'habitude, je me sers de mes désavantages, m'en inspirant pour écrire des chroniques racontant de récentes ou lointaines péripéties personnelles. Étant professeur dans l'âme, je ne peux m'empêcher d'écrire mes textes sous forme de partages. Un peu comme un conférencier, mais en plus *cheap*.

C'est à mon plus grand plaisir que durant les deux dernières années, j'ai compris que mon talent est plus qu'un simple loisir, ou une thérapie occupationnelle. C'est pour moi un véritable travail avec des tâches à accomplir.

Heureusement, j'ai enfin compris que savoir composer une œuvre équilibrée, c'est un peu comme résoudre un problème d'algèbre. Il est intéressant de penser que le calcul est différent d'un artiste à l'autre.

À 16 ans, les circonstances de ma première dépression bipolaire m'ont enseigné une nouvelle philosophie de vie. J'ai commencé à la mettre en pratique dès cette époque. Ça va comme suit : « *Je préfère passer pour un fou que de passer tout droit !* ». ■

J'ai commencé à rédiger cette chronique dans un état de fatigue extrême. La température et l'humidité mécréaient, j'ai des problèmes respiratoires et j'avais beaucoup de difficulté à m'oxygéner. On m'avait prescrit de nouveaux somnifères qui m'ont rendu lunatique et ont beaucoup gêné ma concentration. Je me suis mis sur le pilote automatique en me disant que mon savoir-faire allait faire le reste. Je me suis laissé aller à l'écriture, sans réfléchir, en inscrivant tout ce qui me passait par la tête. C'est en relisant mes notes à tête reposée que j'ai pu remettre de l'ordre dans mes idées et apporter le point final à ce texte.



Lucie



Mario-François

Entendre des voix

# En parler, comprendre et s'outiller

PAR ALEXANDRA GUELLIL

Autour d'une des tables du Centre d'activités pour le maintien de l'équilibre émotionnel (Camée), un organisme montréalais d'aide pour les personnes ayant un problème de santé mentale, Mario-François, Richard, Lucie et Johanne se présentent chacun leur tour. Bien que différents, leurs vécus sont parsemés de moments positifs comme négatifs. Un élément les rassemble : ils entendent tous des voix.

Âgé de 26 ans, Mario-François a commencé à entendre des voix à sa majorité. « Ce sont les voix du Bon Dieu et du Diable que j'entends. Ça commence par l'anxiété avec le Diable qui dit des vacheries. Puis, au moment de mes médicaments, c'est comme si le Bon Dieu me parlait, me rassurait, c'est comme apaisant ». Sous médication depuis l'adolescence, Mario-François joue beaucoup aux jeux vidéo et s'implique de plus en plus à Camée. « Des fois, les voix m'empêchent d'aller dans des endroits où il y a du monde. C'est la peur de les entendre qui fait que je n'y vais pas. C'est pour cela que l'on dit que les schizophrènes ont de la misère à participer à des événements. » Après avoir précisé qu'il a été diagnostiqué à 14 ans, Mario-François demande de faire une pause à l'entrevue, le temps de sortir prendre l'air.

À ses côtés Richard, son aîné de presque 25 ans, a été diagnostiqué schizophrène paranoïde et schizo-affectif en 2002, après avoir passé une année complète dans la forêt. « Quand la police a su que j'étais là, puisque je n'avais pas demandé la permission, ils m'ont amené à l'hôpital. » Lui aussi dit entendre la voix du Bon Dieu et du Diable, l'une le rassure et le reconforte, l'autre l'effraie. « Avec la médication, je n'entendais plus de voix. Quand c'était le Diable, ça ne me dérangeait pas, mais celle du Bon Dieu, j'y tenais. Quand je ne l'entendais plus, je pensais qu'il m'avait abandonné, qu'il m'en voulait. »

À Lucie d'ajouter qu'elle a été diagnostiquée schizophrène trois ans auparavant sans réussir à se souvenir de son premier diagnostic, qui semble se situer autour de la dépression. « Je faisais tout ce que les voix me demandaient. Se jeter en bas du deuxième étage, prendre beaucoup de médicaments pour dormir. Ils m'ont hospitalisé un mois pour me faire un nettoyage, mais j'ai dû en reprendre [des médicaments] parce que j'entendais des voix ». Surmédicamentée, Lucie a eu des problèmes d'équilibre, semblait « gelée » et n'était plus fonctionnelle. « Dans la rue, t'aurais juré que j'étais saoule tellement je ne marchais pas droit. J'aurais pu crever ! J'ai été serveuse 35 ans et j'ai dû

arrêter. Ces affaires-là, ça décrie une vie. Excusez-moi du mot, mais c'est vrai ! »

Pour Johanne, c'est la dépression qui a été l'élément déclencheur. « Mes enfants m'ont été retirés par la DPJ. Ils disaient que j'étais devenue dangereuse pour eux. J'entendais des voix qui me demandaient de me suicider, de tuer mes enfants. Eux ne m'aimaient plus, m'en voulaient beaucoup. J'ai brillé et j'ai rejoint le groupe des entendeurs de voix. » À ses côtés, Lucie hoche la tête. « Comme moi, assure-t-elle. C'est pour cela que j'ai envoyé mes enfants chez ma sœur, et j'ai bien fait ! »

## Tabou

Phénomène depuis longtemps tabou dans la société, le fait d'entendre des voix est souvent perçu comme un signe de folie et de perte de contact avec la réalité. Cette stigmatisation a souvent comme conséquence première de provoquer le repli et l'isolement des personnes concernées. Ces dernières peuvent vivre cette expérience de différentes façons : les voix peuvent provenir de l'extérieur, sans avoir de source physique, être entendues dans les oreilles, dans la tête ou dans la pensée, mais aussi provenir d'une autre partie du corps ou d'un objet extérieur.

Quelle qu'en soit la provenance, les voix ne proviennent pas consciemment des personnes, elles lui sont imposées. Il est donc difficile pour elles de prévoir ce que la voix dira ou demandera de faire. « Un peu comme une chanson que tu peux avoir dans la tête et que l'on n'arrive pas à chasser. Certaines d'entre elles donnent une injonction, d'autres posent des questions. Quand il s'agit de voix qui nous veulent du mal, il existe différentes techniques pour les éviter ou les contrôler », explique Nicolas Ouellet, coordonnateur de l'organisme. Semblables aux sensations éprouvées lors d'un rêve, les voix font douter de ce qui est réel et de ce qui ne l'est pas.

Qu'elles soient passives (bouchon, se retirer, ignorer les voix), préventives (surveiller son alimentation, éviter l'alcool et les drogues), dissuasives (les défier, les congédier) ou actives (utiliser sa propre voix, se parler, s'occuper ou partager son expérience), les stratégies d'adaptation aux voix sont nombreuses.

Bien que ceux qui ont un diagnostic en santé mentale se retrouvent entre 50 % et 80 % concernés par ce phénomène, entendre des voix ne s'applique pas uniquement à eux. Certaines études révèlent d'ailleurs que de nombreuses personnes ont déjà eu l'impression,

à un moment ou à un autre, d'entendre leur nom suffisamment fort pour se sentir concernées avant de réaliser que ce n'était pas le cas. L'impression d'avoir entendu des voix devient alors sensorielle et peut s'accroître par des événements difficiles comme la perte d'un proche, la solitude, les abus sexuels, un divorce ou tout autre traumatisme.

### Partager un savoir

C'est au psychiatre et chercheur Marius Romme et à la journaliste Sandra Escher que l'on doit les théories les plus novatrices sur le fait d'entendre des voix et les stratégies pour s'y adapter. En se référant aux théories du psychiatre Carl Gustav Jung, lui-même affecté par ces symptômes, ils décident de créer des groupes, appelés « les entendeurs de voix », présents aujourd'hui dans une vingtaine de pays, dont le Canada, la Norvège et la France.

Au Québec, l'initiative s'est développée au début des années 2000, notamment grâce à Myreille St-Onge, professeure et chercheuse à l'Université Laval. Le premier groupe d'entendeurs de voix a donc été créé dans la Capitale-Nationale avant d'arriver, vers 2009, à Montréal. Le Camée est le troisième groupe d'entendeurs de voix de la métropole.

Ces groupes ont pour vocation principale de faciliter l'échange et l'entraide pour les personnes qui entendent des voix, sans jugement ou besoin continu de nommer la pathologie. Chaque personne apprend ainsi à s'adapter à ses voix en entamant une démarche de développement personnel. Certaines tiennent un journal quand d'autres s'adonnent à toutes sortes d'autres occupations allant du yoga à la méditation, en passant par les arts.

### Soutien de l'entourage

Quand il a eu son diagnostic, Mario-François se souvient que le personnel médical pensait que son père « n'était pas une bonne personne » parce qu'il « racontait beaucoup de choses mauvaises sur lui sans s'en rendre compte ». Son père a dû se battre contre l'hôpital, contre la DPJ avant d'être écarté. « Aujourd'hui, on s'entend bien. Il comprend que j'entends des voix et me rassure, me dit qu'elles partiront ». Quant aux amis, Mario-François assure en avoir beaucoup au foyer qui ont les mêmes symptômes que lui.

Richard estime de son côté que son diagnostic a été une réponse à ses agissements pour son entourage. « Mes symptômes se sont déclarés quand j'étais dans l'armée. Ils ne m'ont pas traité même s'ils savaient que j'étais malade. Quand j'ai rencontré celle qui est

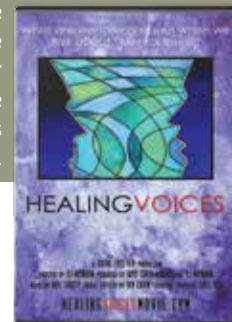
aujourd'hui mon ex et avec qui j'ai eu deux enfants, ça me prenait mon joint avant de dormir. Avec elle, j'étais parano, je cachais des armes et des caméras partout », raconte-t-il avant de confier que pour ses enfants, cela n'a sans doute pas dû être facile. « Ce n'est pas évident quand tu es petit de dire que ton père est schizophrène. Mon plus vieux avait 11 ans à l'époque, on a fait des tests parce qu'on avait peur que ce soit héréditaire. »

Quant à son père, il ne l'a jamais su parce qu'il est décédé bien avant qu'il soit diagnostiqué. « J'ai dû confronter ma mère pour qu'elle en parle à sa famille et qu'elle comprenne à quel point c'était important pour moi d'en parler, que cela faisait partie de mon traitement et de ma façon à moi d'aller mieux. » Au point où elle a fini par s'impliquer dans les associations aidant les personnes atteintes de troubles schizophrènes.

En confiant leur histoire personnelle, Mario-François, Richard, Lucie et Johanne ont éprouvé plusieurs sensations, entre un besoin de se confier et une certaine gêne due à la peur du jugement et du rejet. Chose certaine, ils ont tous appris à vivre avec ces voix qu'ils entendent et tentent de s'outiller au mieux pour qu'elles ne prennent plus le contrôle de leur vie. ■

## Cinéma

Dans le cadre de la Journée internationale des entendeurs de voix, le 14 septembre, le Réseau des entendeurs de voix québécois (REVQuébécois) organise une projection du film documentaire *Des voix qui guérissent* (version sous-titrée française de *Healing Voices*), à Québec, Montréal (Cinéma Beaubien), Gatineau, et aussi Rimouski. La projection sera suivie d'une discussion et permettra au public de donner ses impressions, en plus d'échanger commentaires et questions dans le but de donner vie à un discours nouveau sur les problèmes de santé mentale.



Bande d'annonce du film : [healingvoicesmovie.com](http://healingvoicesmovie.com)

Informations : [revquebecois.org](http://revquebecois.org)

Johanne



Richard



## L'entourage, clé de voûte dans le rétablissement

PROPOS RECUEILLIS PAR ALEXANDRA GUELLIL

Chercheur en psychiatrie sociale à l'Institut universitaire en santé mentale Douglas et professeur adjoint à l'Université McGill, Rob Whitley s'intéresse particulièrement aux injustices vécues par les personnes atteintes de maladies mentales graves, comme la schizophrénie. Il plaide notamment pour l'importance du soutien social dans le rétablissement.

**Pour envisager un rétablissement en santé mentale, quels sont les éléments qui comptent le plus ?**

S'il est vrai que les symptômes sont souvent négatifs pour la vie quotidienne d'une personne, que ce soit l'insomnie, le manque de sommeil, la dépression ou le manque affectif, il y a plusieurs moyens de « soigner » un trouble de santé mentale. L'espoir est quelque chose de primordial tout comme peut l'être l'environnement social, qu'il soit professionnel, familial ou amical. Il y a, par exemple, des personnes dans un état psychotique qui perdront leur logement, leur emploi et leur réseau social. Mais, elles parviendront à reprendre le dessus grâce à une personne qui leur fait confiance, qui croit en eux, qui leur accorde du temps, de l'écoute. Malheureusement, il y a des personnes qui sont en dépression ou schizophrènes qui sont rejetées par leur entourage. D'autres éléments peuvent aider : la pratique d'une activité physique (yoga, jogging, soccer, basket-ball, etc.), la cuisine, récupérer du sommeil.

**En quoi la création et la pratique d'une activité artistique sont-elles des solutions permettant de vivre autrement sa maladie ?**

Dans la vie, tout le monde a des rêves, y compris les personnes ayant des problèmes de santé mentale. Ces rêves peuvent être de pratiquer une activité physique ou une activité artistique. Malheureusement,

ces rêves sont souvent interrompus au moment du diagnostic. Mais, je pense qu'il est important de leur proposer des activités diversifiées, même si la maladie est présente, afin qu'elles retrouvent cette envie de réaliser leurs rêves. Que ce soit par la musique, l'art ou une autre activité, c'est important que les personnes ayant un problème de santé mentale expriment d'une manière ou d'une autre cette créativité. Cela participe aussi à un sentiment d'appartenance, comme il est possible de le retrouver dans un cadre plus professionnel. À ce propos, de nombreuses recherches ont prouvé que le domaine de travail est un endroit pour exprimer sa créativité. Il me semble par contre important de préciser que l'idée qui voudrait que les personnes atteintes d'un trouble de santé mentale soient plus créatives que d'autres est plus un mythe qu'autre chose. Pendant un temps, dans les services en santé mentale, la créativité était plus favorisée que l'intégration sociale, mais ce sont des éléments tout aussi importants à considérer.

**Il arrive souvent qu'une période créatrice s'articule en deux phases : les *up*, où tout va bien, et les *down*, où la personne est moins bien, avec comme premier réflexe de s'isoler. Est-ce que ces phases sont répertoriées dans les recherches ?**

C'est souvent avec un trouble bipolaire que l'on peut observer ces deux phases. Pour les personnes atteintes de schizophrénie, il y a moins de *up* et *down*, si la médication est bien prise. Mais ces deux phases font en réalité partie de la vie, que l'on soit atteint d'un trouble de santé mentale ou non. La seule différence est dans la façon de réagir à ces périodes : pour les personnes qui ont des problèmes de santé mentale, le *up* comme le *down* peuvent être des périodes très difficiles : pensées suicidaires, appétit sexuel

débordant, vivre dans l'excès, etc. C'est pourquoi c'est important d'apprendre à réguler ces périodes.

#### **La prise de médicaments est-elle le seul moyen d'y parvenir ?**

La médication peut être en effet un moyen d'y parvenir, encore faut-il qu'elle soit adaptée aux symptômes et à l'organisme de la personne. Mais il existe d'autres moyens. J'ai eu un cas d'une personne qui régulait ses *up*, qui étaient des périodes d'hyperactivité, en pédalant vite sur son bicycle pendant quelque temps. En bref, il existe différents moyens de réguler le *up* et *down* pathologique, cela dépend des cas.

#### **Parlons de la notion de rétablissement, avec le cas d'une personne qui entend des voix, en quoi accepter de les écouter peut-il mener vers un rétablissement ?**

Si l'on entend des voix, je crois que ce qui participe au rétablissement est d'accepter ce simple fait et de savoir les identifier. Cela peut être difficile, mais je crois que l'acceptation est le premier pas. Ce n'est pas rien d'entendre des voix, il faut se rendre compte que la personne ne vit pas dans le silence que l'on peut connaître vous et moi. Reconnaître que l'on est atteint d'un trouble de santé mentale est en général le premier pas vers le rétablissement, et ce, quelle que soit la maladie.

#### **Comment peut-on définir le rétablissement en santé mentale ?**

La perspective du rétablissement a évolué avec les années. Il est à la fois beaucoup plus complexe que les notions cliniques traditionnelles, liées à la rémission des symptômes et à cette notion d'espoir. Les personnes qui en sont atteintes considèrent cette notion comme un processus plutôt qu'un résultat, comprenant donc la reconquête progressive d'un sens de vie dans la communauté. Et pour y parvenir, de nombreux facteurs sont importants comme l'emploi, le logement sûr, les relations sociales enrichissantes, la spiritualité ou encore la contribution à la société. Et les obstacles sont nombreux : le chômage, les pressions financières, la peur de la criminalité, la mauvaise qualité des services de santé mentale et la stigmatisation.

#### **Quelle est la place de l'entourage dans une perspective de rétablissement ?**

Nous ne sommes pas faits pour être seuls. L'entourage est primordial en cas de maladie mentale ou physique : le contact social est important pour le soutien émotionnel. Sortir, jaser avec des proches, des amis ou des collègues sont des moyens de favoriser l'intégration sociale. L'entourage permet d'avoir une stabilité émotionnelle, mais est aussi pratique pour aider l'accès aux soins de santé et autres besoins quotidiens. On le voit aussi avec les personnes plus religieuses qui peuvent compter sur la présence de leur communauté dans les bons comme les mauvais moments. L'entourage permet aussi de montrer que l'on peut avoir une vie établie et fonctionnelle même avec des problèmes de santé mentale.

#### **Existe-t-il des moyens précis permettant de lutter contre la stigmatisation ?**

La stigmatisation est l'obstacle le plus considérable pour le rétablissement des personnes atteintes de maladie mentale grave. Elle réduit directement leur qualité de vie et peut jouer un rôle important dans leur discrimination. Elle est souvent basée sur des perceptions erronées, des mythes et des stéréotypes inexacts. Enfin, elle peut

affecter négativement le respect de soi, les possibilités d'emploi ou les relations sociales. Pour la contrer, je crois que vous, les journalistes, vous avez un grand rôle à jouer (rires)! Malheureusement, les nouvelles mettent souvent de l'avant les éléments négatifs. Ensuite, il y a de l'éducation à faire, auprès des adultes comme des enfants. Il faut montrer que ces personnes peuvent travailler correctement et vivre comme vous et moi, malgré leur maladie.

#### **Quelle place peut-on laisser à la force individuelle dans le rétablissement ?**

Elle est importante, mais il faut que l'on soit patient avec les personnes qui ont des problèmes de santé mentale. La détermination personnelle est importante, mais il faut aussi faire preuve de compassion, compréhension, tenter de changer de perspective tout en donnant la parole au maximum à la personne concernée.

#### **On voit de plus en plus de personnes qui vont créer des blogues, faire des vidéos ou être présentes sur les réseaux sociaux. Comment peut-on expliquer cette nouvelle tendance ?**

C'est plutôt une bonne nouvelle parce que si je regarde les recherches écrites à l'époque, certaines d'entre elles l'ont été par des personnes ayant un problème de santé mentale. Avec internet et les réseaux sociaux, c'est plus facile d'écrire une recherche ou de témoigner de sa réalité. C'est aussi un moyen de comprendre des vécus et de voir la maladie sous d'autres perspectives. Aussi, cela peut amplifier ce sentiment intérieur de contribuer à la société. ■



Bloguer sa maladie

# Se confier en ligne pour se soigner ?

PAR ALEXANDRA GUELLIL

**Qu'ils aient été diagnostiqués schizophrènes, bipolaires ou atteints du cancer, certains personnes malades utilisent internet pour mieux supporter leurs symptômes. Blogue, page Facebook ou encore bande dessinée interactive, cette démarche intéresse de plus en plus les chercheurs pour les bienfaits qu'elle procure.**

Remettant en question la notion de l'intimité dans l'espace public, cette pratique, aussi appelée « autopathographie », bien qu'elle ne soit pas nouvelle, tend à se répandre. C'est le sujet de maîtrise de Cathy Bazinet, journaliste de formation qui étudie notamment les différents liens entre les communications et la santé. Interpellée par le cas controversé de Lisa Bonchek Adams, une blogueuse américaine atteinte d'un cancer du sein, Cathy Bazinet s'est penchée sur le rapport à la fois ambivalent et salvateur entre le patient et son blogue.

Lisa Bonchek Adams faisait le récit en ligne de différentes étapes de son traitement avant de perdre son combat contre le cancer en 2015. Son blogue, elle le considérait comme une sorte de refuge où elle partageait à un large public ses expériences tout en formulant des conseils aux autres malades. « *J'écris sur les émotions, les plus sombres, les plus riches. [Au moment du diagnostic], il y avait du désœuvrement, de la peur, et du désespoir, mais aussi de l'engagement inébranlable de rester forte avec un enthousiasme pour la vie* », écrivait-elle. Son histoire a été lue, partagée et commentée à travers les réseaux sociaux, lui procurant ainsi un certain effet thérapeutique et le soutien social de toute une communauté.

À ce propos, un article publié en 2015 par CBS News explicite cette notion à l'aide des travaux de la chercheuse Alyson B. Moadel-Robblee, qui est aussi professeure au Albert Einstein College of Medicine. Avoir « *un public en ligne dans une bataille contre une maladie peut être cathartique, malgré le danger de s'exposer aux commentaires négatifs du grand public ou des médias* ».

## L'expérience de la maladie

Se livrer à un public à travers internet ne suivrait donc pas la même dynamique que celle de faire partie d'un groupe de discussion ou d'un groupe de personnes partageant leur expérience de la maladie. Dans le cas du blogue de Lisa Bonchek Adams, la publication de ses propos a choqué l'opinion publique parce qu'elle confiait des émotions délicates à exprimer, lesquelles étaient liées à la peur de mourir ou à la mort. La notion de voyeurisme, d'éthique et de gêne a donc primé sur le besoin de partager de l'information en lien avec le cancer.

Et à Cathy Bazinet de rappeler qu'écrire sur sa maladie est une pratique très ancienne. La seule différence est que le blogue « *permet d'avoir accès à une nouvelle tribune, autant en terme d'édition que de diffusion* ». Certaines recherches précisent d'ailleurs que « *les personnes qui souffrent de maladies sérieuses, chroniques et potentiellement mortelles* » utilisent le blogue comme un « *moyen de documenter et de partager cette expérience, d'explorer les options de traitement et d'être en lien avec d'autres personnes qui connaissent ou qui ont l'expérience de la maladie* ».

Autre réflexion, cette fois-ci en lien avec les travaux de Cathy Bazinet, celle de savoir si les professionnels de santé sont prêts à faire face aux nouveaux enjeux cliniques et éthiques que pose l'utilisation des médias sociaux et d'internet par les patients. « *Toute cette réflexion renvoie aussi au fait que le blogue met en lumière un questionnement quant à la confidentialité. On la pense souvent en visant l'impossibilité du médecin à transmettre l'information sauf que là, il s'agit du patient qui décide de la communiquer au monde.* »

## Une pratique bénéfique ?

Et si l'usage des nouvelles technologies par les patients était considéré comme bénéfique dans la connaissance de la maladie, particulièrement en ce qui concerne le ressenti du patient ?

Cette logique est reprise par l'Institut universitaire en santé mentale Douglas qui a mis en place une charte d'usage des blogues précisant que dans le domaine de la santé mentale, les blogues étaient utilisés pour « éduquer la population sur les enjeux de la santé mentale en vue de démystifier les maladies mentales et/ou partager des connaissances en santé mentale (en soins, recherche ou enseignement) avec des intervenants et des scientifiques du domaine de la santé ».

Le document stipule aussi que ces blogues ne remplacent pas « les diagnostics, les évaluations ou encore les consultations et les traitements, assurant que les suivis ne peuvent être offerts que par un professionnel de la santé ». Une façon de torde le cou aux solutions-miracles souvent proposées dans les commentaires ou les forums par d'autres utilisateurs. La règle d'utilisation des blogues hébergés par l'Institut est donc claire : aucun commentaire des utilisateurs ne doit être considéré comme un « conseil d'expert » car ceux-ci ne sont pas nécessairement des spécialistes en santé et/ou en santé mentale.

Précisons qu'en parcourant certains de ces blogues, les réflexions abondent avant tout dans le respect de soi et de son rythme. Sur l'un d'entre eux, un utilisateur a écrit un court billet répertoriant quelques conseils avant de partager son histoire. La sienne est marquée par les troubles alimentaires qu'il perçoit comme encore tabous dans notre société. Ainsi, les conseils sont en lien avec le sentiment d'obligation de partager son histoire, le choix des passages racontés, la prise de temps pour le faire et surtout la préparation afin de respecter son propre rythme.

#### Des avis contraires

Quant aux caractéristiques et aux bénéfices de la pratique, les recherches semblent s'orienter vers la connaissance intime de la maladie qui procure notamment un gain de temps et d'énergie, permet de documenter, d'échanger des informations, des émotions ou encore des stratégies.

Brisant l'isolement provoqué par la maladie, au-delà des apports personnels pour le patient, cet usage pourrait certainement modifier sa relation avec le professionnel de santé par la mise en valeur du savoir expérientiel. « C'est le patient et les proches qui peuvent le mieux expliquer comment gérer des symptômes et un état de santé au quotidien.

Et si ces informations sont précieuses et utiles, bien qu'elles ne remplacent pas le savoir médical, elles peuvent être complémentaires. Probablement que l'on devra faire plus de place au savoir expérientiel qui pourrait sans doute améliorer la pratique médicale », suggère Cathy Bazinet.

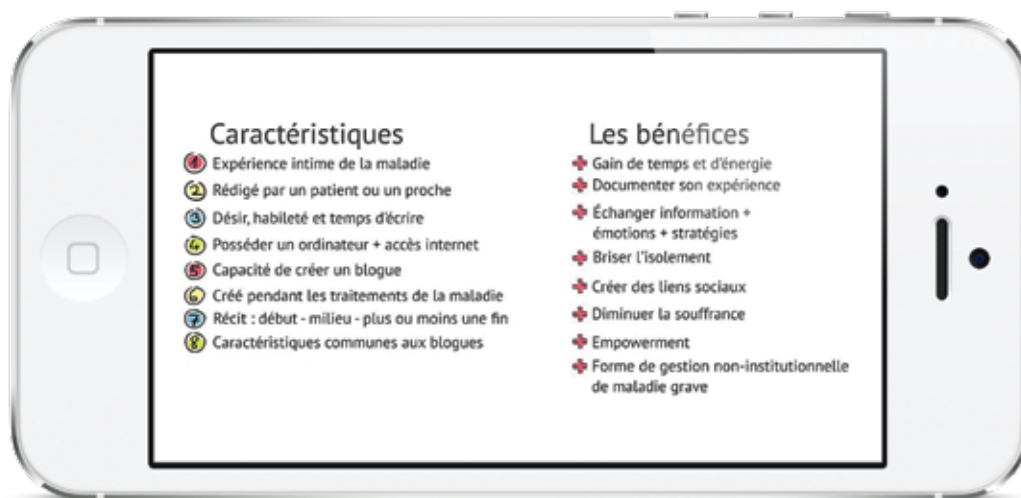
Espace de liberté, moyen d'être lu et entendu, plateforme d'échange et de soutien, outil permettant d'acquérir plus d'autonomie, les bienfaits de la tenue d'un blogue pour raconter son expérience de la maladie comportent de nombreux aspects positifs.

Cependant, cette technique est loin de faire l'unanimité. Certaines inquiétudes sont relatives à la surutilisation des nouvelles technologies et au risque de banaliser le rapport humain ou le suivi psycho-social, notamment pendant l'entretien médical.

Émerge aussi toute la question de l'utilisation des propos publiés dans un blogue à des fins de traitement médical, pouvant causer quelques malaises dans la distance émotionnelle et la relation thérapeutique entre le patient et le soignant. « Envisager ces situations suggère que le regard des soignants vis-à-vis de leurs patients est inévitablement influencé par leurs blogues. En miroir, le secret médical impose aux soignants de respecter une confidentialité stricte vis-à-vis de leurs patients, allant jusqu'à protéger le simple fait qu'une relation thérapeutique existe », peut-on lire dans une étude publiée par la Revue médicale suisse en 2014.

L'autre point mis en avant est le côté ambiguë du blogue qui contribuerait à nourrir une certaine obsession, précisément dans le cas des troubles alimentaires. Ainsi, la même étude rapporte que « plus du tiers des blogueuses anorexiques considèrent que leur blogue est une épée à double tranchant puisqu'il contribue aussi à "nourrir leur obsession". La crainte que les blogues sur l'anorexie influencent des personnes vulnérables ou des anorexiques en rémission a déjà fait couler beaucoup d'encre, allant jusqu'à pousser la plateforme Tumblr à annoncer que les blogues faisant la promotion de toutes formes d'automutilation seraient bannis ».

Avec le virage numérique de plus en plus présent, y compris dans le domaine de la santé, nul doute que les relations sociales n'ont pas été épargnées. Leur usage dans une perspective médicale suggère donc de se questionner sur la relation entre le patient, le professionnel de la santé, les proches mais aussi ce large public désormais accessible. ■



SOURCE McGeehin Heiferty (2009), Keim-Malpass et Steeves (2012), McCosker et Darcy (2013). Données compilées par Cathy Bazinet

## TÉMOIGNAGE

PAR P'TIT FRED  
CAMELOT DE MAISONNEUVE /  
SAINT-DENIS

## Away, run neurones

Est-ce que vous connaissez les médicaments que je prends ? Peut-être en avez-vous une idée. Je prends un médicament appelé *Abilify*. Avant je prenais du *Sustenna* et avant *Risperidone*. C'est dans la catégorie des antipsychotiques. Cette chronique a pour but de faire comprendre à mon entourage ce que fait ce médicament à mon cerveau et à mon physique, parce que quand je parle à des gens de ça, peu comprennent et ça me met dans une situation de frustration totale. Je ne peux pas prétendre savoir exactement comment ils fonctionnent, je ne suis pas chimiste, mais je peux y aller par déduction et constatation.

Ça fait maintenant quatre ans que je prends ces médicaments. Mon entourage m'a vu dans un état où dans les premiers temps, je dormais seize heures par jour, et le reste du temps, je restais couché, incapable de dormir dû au manque d'énergie. Le médicament affecte la dopamine dans le cerveau, qui rend la personne joyeuse ou pas, énergique ou pas, créative ou pas, capable de raisonner ou pas, etc. On pensait que je ne foutais rien, mais c'était à cause de ça, pas parce que je ne voulais pas. Tous les cas sont différents, je vous explique le mien, voilà !

Et ma psychiatre, malgré tout ça, me croyait apte à aller travailler. Voire que j'allais pouvoir garder mon travail. Mais quel employeur voudrait de quelqu'un à terre comme ça ? On me dit : « T'as juste à bouger, ça ira mieux si tu te motivais... ». Mais croyez-moi, ce n'est pas comme une dépression, c'est passé ce stade. En fait, une dépression se traite avec un ajout de dopamine, et moi, on

me donnait des médicaments qui coupent la dopamine... quel calvaire. C'est comme marcher avec des boulets aux chevilles. C'est absurde d'aller travailler comme ça. Donc, j'ai dû emprunter de l'argent pour payer mon loyer.

Et par-dessus le manque d'énergie, arrive la confusion cérébrale la plus totale. Impossible de mémoriser ou de planifier. Heureusement, la clinique où j'étais avait le service d'une ergothérapeute qui me guidait dans mes démarches, elle m'encourageait à retourner à l'école parce que c'est ce que je voulais. En recevant les livres d'école, j'ai commencé tout heureux, mais rien ne fonctionnait, j'étais incapable de mémoriser. On aurait dû me le dire dès le début.

J'ai vu sur internet que certains se suicident parce que c'est difficile à soutenir. Avec la dépression, les gens deviennent obèses et malheureux. Ils croient avoir à prendre ces médicaments toute leur vie. J'ai vu aussi sur internet qu'on utilisait ces médicaments pour torturer les prisonniers en Russie. Ça affaiblit le cerveau et le physique.

On peut dire que j'ai perdu quatre ans de ma vie et ce n'est pas fini. Je m'obstine avec mon psychiatre pour au moins baisser la dose et c'est du niaiserie total. C'est à croire qu'ils ont besoin de patients dans leur hôpital. Pour l'instant, j'ai la dose *maxi-mal*.

Et je l'ai pas mal dans les fesses ce médicament. Avant je l'avais dans les bras. Essaye de jouer de la batterie avec ça. Aussitôt que je bouge, l'effet du médicament embarque. Et la créativité n'est plus là. Moi qui veux jouer de la musique... Continuez de détruire l'artiste en moi. ■





## On est bien plus qu'un magazine !

L'équipe de L'itinéraire a dévoilé avec fierté sa nouvelle campagne de sensibilisation, sous le thème « *L'itinéraire, c'est bien plus qu'un magazine* ». Pour Christine Richard, directrice générale du groupe communautaire, « *l'objectif de la campagne est de faire connaître les multiples services qui sont offerts par L'itinéraire. Nous sommes plus qu'un magazine, nous offrons, entre autres, des services d'aide au logement, de sécurité alimentaire, de soutien au revenu et de la formation.* »

Conçue et réalisée par l'agence de publicité Upperkut, la campagne sera déployée dans l'ensemble du territoire métropolitain sur des affiches, des panneaux lumineux installés dans les centres sportifs, les établissements commerciaux et les restos bars, pour ne nommer que ces endroits. « *À terme, nous espérons que cette campagne permettra à la population de connaître et reconnaître toutes les activités de L'itinéraire et de donner généreusement afin de contribuer à la pérennité de L'itinéraire* », de déclarer la directrice générale. ■



**CI-HAUT** Catrinel Vasilescu, chargée de projets et Marc Desnoyers, directeur du groupe-conseil de l'agence de publicité Upperkut ont conclu l'excellente campagne « *L'itinéraire, c'est bien plus qu'un magazine* » en collaboration avec Duffay Romano, chef des opérations et ressources humaines et Christine Richard, directrice générale de L'itinéraire.



## SOCIÉTÉ

PAR ROSE  
CAMELOT ROSEMONT / DES ÉCORCES

PHOTO : MARIO ALBERTO REYES ZAMORA

# Déconstruire les préjugés envers les squeegees

Qui sont ces personnes qui se cachent derrière leur squeegee, lavant notre pare-brise en échange d'une contribution volontaire ? Ils s'appellent Adam et Steve, ils travaillent au coin des rues Saint-Denis et De Maisonneuve et nous livrent leur témoignage.

Adam a 28 ans et vient de Sherbrooke. Il était soudeur, mais un accident de travail à la tête lui a laissé « un trou dans le cervelet », affirme-t-il. Il lui était désormais presque impossible de se trouver un emploi. Sa mère est décédée et il a empilé les misères. En plus d'être atteint de l'hépatite C, Adam vit du rejet de sa propre famille. Son père a décidé de le laisser tomber et ça l'a particulièrement affecté. « Mon père me dit toujours qu'il va venir me chercher pour les Fêtes, pis il vient jamais. Je lui ai dit que j'aimerais ça, le voir avant de mourir. Il a fini par me répondre que si j'étais rendu là, c'était de ma faute. Des fois j'me retrouvais ben malade, je voyais l'sang couler, pis j'appelais pas mon père pour demander de l'aide ». Le squeegee fait partie de la routine d'Adam depuis sept ans.

Steve a 29 ans et est squeegee depuis 11 ans. Avec Adam, il fait partie des « anciens ». Ils sont devenus des amis, unis par leur passé ardu et leurs dépendances. Steve aimerait tout recommencer à zéro s'il le pouvait. Son enfance parsemée de violence a laissé des traces : « De mes 5 à 12 ans, ma mère me battait pas mal à tous les jours ». Il ne lui a jamais avoué qu'il consommait. « Je lui mens, je lui dis que j'ai un appartement. Quand je vais la voir, je porte un coton ouaté pour cacher mes marques sur mes bras. »

### Souvent de l'ignorance de la part des automobilistes

Inévitablement, les contacts avec les automobilistes ne font pas l'unanimité et leurs réactions resteront toujours imprévisibles. Certains échanges sont très positifs, explique Steve : « Y'en a qui ont un cœur pis qui prennent le temps, alors qu'ils ne sont pas obligés. »

À l'inverse, ils font aussi face à des répliques très négatives : « Des fois ça fait peur, dit Adam. Y'en a qui sortent de leur char : "Touche pas

à mon char !" Nous, on est là pour laver des vitres, lui il prend ça vraiment personnel, il se sent attaqué dans son intégrité. Des fois on n'a pas le choix de se défendre. Je suis devenu pas mal éccœuré, faire rire de moi, ça devient gossant. Alors t'apprends à tasser toi aussi. »

Steve, lui, préfère garder son calme. « Quelqu'un m'envoie chier, je vais lui souhaiter bonne journée. J'entrerai pas dans son jeu, ça va scraper ma journée. Je reste positif, je sais que ça va le faire plus chier. »

### Des amendes à répétition

La pratique du squeegee est illégale depuis 1996 car elle contre-vient au code de la sécurité routière. Les commerçants se plaignent souvent de voir des squeegees travailler juste devant chez eux. Et évidemment, les relations ne sont pas toujours roses avec les policiers. « Il y en a qui nous tolèrent, dit Steve, mais pas toujours. » Les squeegees reçoivent des avertissements, se font confisquer leur balai, puis les amendes s'accumulent. « Des amendes, je sais pas combien j'en ai. 48 \$ chaque fois, des intérêts, pis 400 \$ pour le métro, 109 \$ pour uriner dehors. Ma pisse vaut cher... c'est ça que j'me dis ! Ça fait déjà trop longtemps que je fais ça, pis je suis éccœuré... Je veux pas faire ça toute ma vie. »

### « Une agence d'insertion sociale marginalisée »

En 2003, une étude s'est intéressée au phénomène des squeegees à Montréal\*. Les premiers seraient apparus à Montréal vers les années 1994-1995, et ont rapidement fait l'objet d'une stigmatisation. Ce milieu demeure facile d'accès, peu importe les obstacles rencontrés, et permet de gagner sa vie d'une façon originale : « Quand je suis arrivé à Montréal, explique Adam, j'avais une dépendance aux opiacés et j'étais malade. Fallait que je paye mes pilules, ma morphine et tout le reste. Je connaissais pas les ressources, rien. J'ai vu que le squeegee c'était payant. Assez payant pour payer ma drogue, mes cigarettes, ma bouffe. »

\*Véronique Denis, Pour comprendre la pratique du « squeegee » à Montréal, Erudit, Les Presses de l'Université de Montréal, automne 2003.

Ce travail dynamique est une façon valorisante de gagner de l'argent, plutôt que de quêter, par exemple, ce qui est plus passif et souvent moins rentable. Steve se souvient de son premier client : « La première fois que j'ai fait la ville, j'étais tellement stressé ! C'était un monsieur avec sa barbe pis ses gros cheveux gris. Il m'a donné 2 \$, j'étais fier ! ». Adam : « Parce que j'ai fait de quoi, ça les incite à payer, j'ai rendu comme un service. »

L'étude explique que ce gagne-pain pourrait s'apparenter à « une agence d'insertion sociale marginalisée ». Steve et Adam peuvent travailler 10 à 12 heures par jour. « Je fais ça tous les jours, explique Steve, c'est mon mode de vie dans un sens. Je peux travailler des fois jusqu'à 2-3 heures du matin. Tant qu'il y a des chars, il y a de l'argent à faire. »

Comme Adam et Steve, la plupart des squeegees ont eu une expérience de vie difficile avant d'en arriver là : prise en charge institutionnelle (centre d'accueil, foyer de groupe, prison pour mineurs, famille d'accueil, etc.), négligences ou violences familiales, fugues à répétition... Autant de facteurs qui peuvent entraîner ces personnes à se désinvestir socialement, particulièrement quand elles sont jeunes, et à devenir vulnérables. « À 12 ans, je me suis ramassé dans la rue, raconte Steve. Je foxais l'école. J'ai commencé à faire du centre d'accueil ouvert, du centre d'accueil fermé, puis du centre de groupe, jusqu'à mes 18 ans. »

#### Des conditions de travail difficiles

Le métier de squeegee demande beaucoup de débrouillardise et un réel savoir-faire, on peut considérer cela comme du travail autonome. Ils ont choisi de laver les pare-brise plutôt que de sombrer

dans la criminalité, les gangs de rue ou encore la prostitution à risque. Adam a ainsi décidé de choisir un autre chemin que son frère : « Il est en prison à vie. Moi, je me suis toujours organisé par mes moyens. »

Les squeegees se distinguent en deux catégories : les « réguliers » et les « saisonniers ». Steve les appelle « les crevettes » ; « ils viennent ici quand il fait chaud, pis ils repartent quand il fait frette. Nous autres, on est icitte même un 24 décembre. » « Mais le plus dur, poursuit Adam, c'est de pas avoir de logement, de pas savoir où dormir dehors à moins 30°, toujours avoir le même linge, pas se laver. À un moment donné, ça devient long. »

#### L'entraide entre squeegees

Entre squeegees, il y a de la solidarité, surtout chez les anciens. Dans ce noyau, on trouve appui et réconfort. « Moi je suis un des plus vieux, je suis respecté », dit Adam, qui partage son territoire avec Steve, à l'angle des rues Saint-Denis et De Maisonneuve. « Ça arrive qu'on se pogne un peu mais en général, entre nous, c'est vraiment comme une famille. Si je me fais donner un gros montant, je squeegeerai pas pendant une heure ou deux, et on se séparera l'argent. »

Mon expérience avec les squeegees a été très enrichissante et, je dois l'avouer, déchirante. J'ai reconnu dans leurs yeux une vulnérabilité ainsi qu'une soif de vivre. Assise sur le trottoir au côté de Steve et Adam, j'avais le cœur bouleversé et je retenais mes larmes. Je remarquais à l'intérieur de ces charmants garçons une chaleur intense et une douleur profonde. Je me suis reconnue dans leur façon non conforme de vouloir gagner leur argent. Selon moi, les squeegees ne devraient pas être victimes d'exclusion, au contraire ! Leur travail est une vraie forme de réinsertion. ■



Steve et Adam, amis squeegees





## ENTREVUE

PAR TUAN TRIEU-HOANG  
CAMELOT MÉTRO HENRI-BOURASSA

**Dino Tavarone**

# « Dans le fond, tu ris pour ne pas pleurer »

Dans un sympathique café du quartier Villeray, l'acteur italien Dino Tavarone nous a reçus en toute simplicité. Tantôt exubérant, tantôt comique, l'interprète du parrain dans la télésérie *Omertà* nous livre ses réflexions sur le milieu carcéral, l'itinérance et la pauvreté. Une incursion dans l'univers de ce « sympathique anarchiste » qui aborde les problèmes de société avec humour et philosophie. Aujourd'hui âgé de 73 ans, Dino Tavarone a peut-être joué son dernier rôle dans *Mon ami Dino*. Le film est en salle depuis le 5 août.

**Pourquoi avez-vous accepté qu'on réalise un documentaire sur votre vie ?**

Probablement qu'on était saoul (rire). J'étais déjà associé avec le réalisateur Jimmy Larouche depuis longtemps. C'est lui qui m'a proposé de faire ce documentaire sur moi. Il m'a dit « on fait un film, mais on n'a pas d'argent ». Le problème au Québec et au Canada, c'est qu'on ne finance pas assez l'industrie du cinéma. On préfère voir les produits américains avec des *boum boum boum*, des voitures qui sautent et des gens qui volent, comme Superman. Et c'est vraiment dommage, parce qu'au Québec, il y a beaucoup de talents qui sont perdus, il y en a déjà plusieurs qui sont partis et à l'extérieur. Et nous, on est resté là, on est 5 ou 6 millions au Québec, on devrait être tous plus unis. On devrait aller voir les bons films que font les Québécois, pour le bonheur. On est une petite nation qui peut faire de bons films, de bons festivals, de bons documentaires, comme partout dans le monde. Mais ici on a laissé tomber.

**Dans le film, vous dites vouloir « dénoncer la pire des maladies ». Qu'entendez-vous par là ?**

Il y a plusieurs maladies, mais je pense que la plupart sont provoquées. On vit dans un monde sans morale, un monde de guerre. Savez-vous qu'une journée de guerre coûte 200 millions de dollars ? Tu sais ce qu'on peut construire comme hôpitaux avec 200 millions de dollars ?

**Vous avez connu le milieu carcéral... Qu'en retenir-vous ?**

Vous savez, j'ai eu du bon temps là-bas (rire). Je ne m'attendais pas à ça. Dans ma famille, c'était le premier grand scandale. Mais ils m'ont pardonné, j'ai fait une erreur et j'ai payé. Dans le milieu carcéral, il y a ceux qui font du bon temps, et ceux qui font du mauvais temps.

Le bon temps c'est quand tu fais quelque chose pour construire. En prison, j'ai suivi des études en psychologie, en pathologie ; j'ai fait de la peinture, j'avais un atelier, j'ai fait des expositions et j'ai gagné des prix. Donc j'ai fait tout ce qu'il fallait pour m'enrichir. Pour moi, c'était comme une année sabbatique. Les gens qui sont fatigués prennent une année sabbatique, ils mettent de l'argent de côté et ils vont sur une île. Pour vivre une vraie année sabbatique, il faudrait être enfermé dans une chambre en prison pendant un an. On pourrait obliger tout le monde à faire ça. Mon vieux, le soir tu es tout seul. Là, tu as le temps de penser à qui tu es et ce que tu veux faire dans la vie. Si tu es bon, tu peux devenir meilleur. Et si tu es mauvais, peut-être que tu vas devenir meilleur, mais peut-être que tu vas devenir plus mauvais. Là-dedans, c'est comme dans un petit village, il peut y avoir des mauvaises fréquentations.

**" TU NE PEUX PAS RESTER TROP LONGTEMPS DANS LE CERCLE DES MARGINAUX, SINON TU FINIS TA VIE EN PRISON, ITINÉRANT, TUÉ, OU EN INSTITUT PSYCHIATRIQUE "**

**En prison, on réhabilite la personne ou on la punit ?**

C'est un mélange des deux. Il y a des associations qui sont là pour les aider et les encadrer. Tout le monde peut les fréquenter, mais il faut faire plus que ça. La prison, c'est la prison. Tu te retrouves avec toi-même et le soir tu penses, tu penses à quoi faire, tu penses comment tu dois survivre, et tu penses à comment tu vas survivre à l'extérieur. Je ne crois pas que la prison soit une mesure de réhabilitation qui fonctionne. Tu ne peux pas rester trop longtemps dans le cercle des marginaux, sinon tu finis ta vie en prison, itinérant, tué, ou en institut psychiatrique. Moi, j'ai été chanceux parce que j'ai une bonne famille, de bons amis. Je n'ai jamais été délinquant, mais j'ai fait une erreur dans ma tardive jeunesse quand j'avais 48 ans.

**Alors, selon vous, qu'est-ce que le gouvernement devrait faire pour aider les gens qui sortent de prison ?**

Leur donner du travail. Quelqu'un qui a fait dix ans de prison, quand tu le mets dehors, il ne connaît même plus la valeur de la monnaie. Il est perdu. Où est-ce qu'il va trouver du travail ? À qui

va-t-il demander de l'aide ? Nous, la société, il faut qu'on l'accompagne. On devrait ouvrir une fabrique ou quelque chose, parce qu'en dedans, ils travaillent à 10 cents de l'heure. Ils fabriquent des chemises, des souliers, des trucs. Pourquoi ne pas ouvrir quelque chose à l'extérieur pour eux ? Si tu ne veux pas travailler, tu t'en vas, mais ceux qui sortent et qui veulent se réhabiliter et qui ne trouvent pas de travail, il faut leur donner à manger. Sinon ils vont continuer à voler et ils vont retourner en prison.

## " NOS DIRIGEANTS NE VEULENT PAS SUPPRIMER LA PAUVRETÉ "

**Vous avez vu tous les problèmes de la société concentrés dans le milieu carcéral. Maintenant, comment voyez-vous le problème de la pauvreté ?**

La pauvreté est quelque chose qui ne devrait pas exister. Celui qui gagne 200 millions par jour, et je dis bien par jour, voudrait gagner encore plus et rendre les pauvres encore plus pauvres. En Afrique, il y a des gens qui crèvent. J'ai vu la photo d'un petit garçon, maigre comme un fœtus, la tête grosse comme une roche, en train de mourir, pendant que certains continuent à investir dans l'économie. Non, non, nos dirigeants ne veulent pas supprimer la pauvreté, ils veulent envoyer des bombes un peu partout dans le monde pour gagner de l'argent et faire fonctionner l'économie. Je trouve cela effrayant.

**Pour ma part, je suis toujours surpris qu'en 2016, il reste encore des gens à faire la queue devant les soupes populaires pour quêter un peu de nourriture...**

C'est parce qu'il n'y a pas de travail pour tout le monde. On a abusé du système, c'est une illusion. Quelqu'un m'a demandé un jour « où sont les bananes ? ». Tu as trouvé les bananes, tu sais où elles sont, mais tu ne peux pas les toucher, tu ne peux pas les acheter parce que tu n'as pas d'argent. C'est pour ça qu'il y en a qui font la queue devant les soupes populaires. Moi, quand j'avais un restaurant, j'ai aidé des gens qui ont fait des dépressions ou qui ont fait de la prison. Aujourd'hui, ils m'appellent papa et ils me remercient encore parce que j'ai été le seul à leur avoir donné une chance. Il y en a un qui est devenu mon cuisinier, un autre est retourné à l'école.

**En tant qu'acteur, quel serait le message social que vous auriez à transmettre aux gens ?**

Aider les gens, les gens qui sont mal pris, qui sont pauvres, les gens qui vivent sous les ponts. Je suis très attaché à l'itinérant. J'ai même dit une fois que j'aimerais jouer le rôle d'un itinérant. J'en ai souvent suivi un à Old Brewery pour voir ce qu'il pense, ce qu'il a à dire. Et j'aimerais faire un film où on voit celui qui est devenu itinérant par choix. J'ai même pensé à faire un scénario là-dessus, mais les gens pensent que je suis fou. Il faudrait une branche à l'université pour les itinérants. L'itinérant est une personne, une bête qui vit dans une jungle et qui doit trouver ses choses, son carton pour dormir, la boîte où il doit mettre ses trucs, son chariot, ses allumettes. Toutes les choses nécessaires pour sa survie. Et c'est pas facile. Un pauvre qui bat un autre pauvre, un itinérant qui bat un autre itinérant pour prendre son carton, ce n'est pas qu'il est méchant, c'est que la société est faite comme ça.

**Pourquoi les gens disent-ils que vous êtes un « sympathique anarchiste » ?**

Les gens ont une mauvaise opinion sur l'anarchie. Oui, je suis un anarchiste. Mais c'est le chaos qui provoque les guerres, pas l'anarchie.

## " À L'ÉCOLE, ON EMBOÎTE LES ENFANTS COMME LES MILITAIRES "

**Qu'est-ce qui ne fonctionne pas dans le capitalisme ?**

Le système capitaliste est le pire, comme le système communiste, car ce sont des extrêmes. La classe moyenne devient pauvre et les pauvres encore plus pauvres. L'itinérant est une classe à part. Oh oui, mais l'itinérant est un rêve. Le rêve de l'Homme, le rêve de liberté.

**Dans *Mon ami Dino*, quand le réalisateur vous a demandé de pleurer, pourquoi vous avez répondu « qu'il mange d'la mardo » ?**

J'ai beaucoup de respect pour le cinéma italien mais je ne suis pas un acteur vénitien, tu ne peux pas me faire pleurer. J'ai fait du théâtre amateur, je n'ai pas fait l'école de théâtre pour pleurer



automatiquement. C'est très difficile. Alors quand Jimmy Larouche m'a demandé de pleurer, j'ai dit « *qu'il mange d'la marde* » !

**Dans Mon ami Dino, vous dites « je n'ai pas peur de mourir, j'ai peur de perdre la vie », que voulez-vous dire par là ?**

Mourir, c'est rien. Tu meurs tous les soirs : tu vas te coucher, tu es mort. Je n'ai pas peur de mourir mais j'ai peur de perdre la vie, de ne plus voir la beauté de la nature. C'est la différence entre mourir et perdre la vie.

**Quelles seraient les valeurs que vous voudriez transmettre à vos enfants et à vos petits-enfants ?**

Aucune valeur. Je leur dirais seulement d'être libres et de toujours respecter leur prochain, de ne pas faire de mal. Je respecte mes enfants, et je les laisserais jouer. Ils n'iraient pas à l'école avant 13 ou 14 ans, et ils y resteraient jusqu'à 50 ans, l'âge de la retraite. À l'école, on emboîte les enfants comme les militaires. Ils te disent comment tu dois suivre les règles, comment tu dois vivre, comment tu dois respecter la loi, même si elle est mauvaise. Le respect, il ne s'enseigne pas, il vient de dedans, naturellement.

**" MOI, LE MASQUE, CE N'EST PAS POUR ME CACHER, MAIS POUR MONTRER QUE J'AI PLUSIEURS FACETTES "**

**Vous dites que dans la vie, vous portez un masque ?**

C'est le rôle le plus difficile, la vie. Parce que dans la vie, il y a des gens bien, mais il y en a avec qui tu ne peux pas vivre. Moi, le masque, ce n'est pas pour me cacher, mais pour montrer que j'ai plusieurs facettes. Ceux qui me dérangent, je leur montre un masque pour donner un côté plus humain de moi-même.

**Avez-vous trouvé difficile de jouer dans Omertà, qui n'est pas une comédie ?**

Dans Omertà, je me suis trouvé nu comme un ver. Je me suis retrouvé avec Michel Dumont, Michel Côté, Luc Picard, des grands acteurs devant moi. Et moi, je n'étais rien, rien qu'un restaurateur qui aimait les arts. À un certain moment, j'ai compris que c'était une question d'émotion. J'ai compris ça quand j'ai fait du théâtre : la différence est qu'au théâtre, tu tournes à gauche, tu tournes à droite, puis ils te maquillent, tandis qu'au cinéma, tu dois sortir tes émotions, sinon tu sors du cadre.

**Quel genre de personnage aimeriez-vous jouer le plus ?**

Le rôle que j'aimerais jouer en comédie, c'est celui de l'itinérant, parce que je trouve les itinérants très comiques. C'est comme un masque dans la comédie italienne. Tu ris alors que tu devrais pleurer. C'est l'histoire du gars qui glisse et qui tombe sur la glace : tout le monde rit parce qu'il s'est fait mal. Dans le fond, tu ris pour ne pas pleurer.



*Le rôle le plus difficile que j'ai eu à jouer dans ma carrière ?  
La vie.  
La vie...  
Point.*

**Que voudriez-vous dire aux personnes itinérantes qui vivent dans la pauvreté ?**

Je leur dirais que ce sont des gens bien. Ce sont des gens qui, soit par choix, soit par obligation, ont une vie, soit disant *politically* pas correcte. Parce qu'ils n'ont pas d'*income-tax*, pas de carte d'assurance maladie, pas de numéro, pas de ceci, pas de cela. Ce n'est pas parce qu'ils sont des imbéciles ou qu'ils sont fous, ce sont des gens qui n'ont pas eu la chance qu'on a eue. Si tu ne trouves pas de travail pendant un mois, deux mois, quatre mois, un an, voilà, tu te retrouves dans la rue sans savoir ce que tu vas devenir. C'est un cercle vicieux : tu ne peux plus t'acheter de choses, tu ne peux pas aller demander du travail avec un pantalon sale. Ce n'est pas que tu ne veux pas travailler, c'est que tu ne peux pas.



**" UN ITINÉRANT EST QUELQU'UN QUI MÈNE UNE VIE MISÉRABLE, OUI, MAIS RICHE "**

**Comment expliquez-vous que la société les rejette ?**

Un itinérant est quelqu'un qui mène une vie misérable, oui, mais riche. Ce sont des gens qui ont une force de survie, qui ont l'instinct de combat. Ce qui les dérange c'est l'ordre, l'encadrement, mais il faut comprendre ces gens-là, savoir leur parler. Il faut être à la place de ces gens-là pour les comprendre. Il faut vivre une guerre pour savoir ce que c'est la guerre. ■

## MON AMI DINO

Canada, 2016, 80 min.

Réalisation et scénario : Jimmy Larouche

Interprètes : Dino Tavarone, Michel Côté, Joëlle Morin, Manuel Tadros, Sasha Migliarese

Distribution : Alma Films et GreenGround Productions

**INFO RAPSIM**PAR PIERRE GAUDREAU  
COORDONNATEUR DU RAPSIM

## Un pas dans la bonne direction

Le premier budget du gouvernement Trudeau déposé en mars dernier contenait des mesures positives pouvant contribuer à faire reculer l'itinérance. On y retrouvait, notamment, une hausse de 50 % du budget de la *Stratégie des partenariats de lutte contre l'itinérance*. Une bonne nouvelle d'autant plus que ces fonds seront mis en action rapidement cet automne pour soutenir une diversité de mesures pour prévenir et réduire l'itinérance.

Alors que ces fonds n'avaient jamais été augmentés, ni même été indexés depuis 1999, cet investissement supplémentaire est plus que nécessaire. L'itinérance est toujours en croissance. À Montréal, celle-ci est en développement dans de nombreux quartiers tout en étant aussi importante au centre-ville, où les refuges ont dû offrir un nombre record de plus de 80 000 nuitées l'hiver dernier.

Le RAPSIM a salué cet investissement de même que l'approche globale avec laquelle ces fonds seront investis. Cependant comme pour les fonds annoncés par Ottawa pour entretenir les logements sociaux sous sa responsabilité, ceux-ci ne sont annoncés que pour deux ans. Pour après, le gouvernement consultera afin de revoir son action en logement et en itinérance.

### Un rôle important

Le gouvernement fédéral a des responsabilités importantes dans la lutte contre la pauvreté, pour que soit assuré le droit au logement, et contrer l'itinérance. Après une décennie de coupures ou d'inaction sur le front social par le gouvernement Harper, les mesures annoncées par le gouvernement Trudeau ont été bien accueillies. Celles-ci ne sont, par ailleurs, pas à la hauteur des besoins, ni de celle des moyens importants dont Ottawa dispose.

Depuis plus de 20 ans, le gouvernement fédéral, et cela largement sous les libéraux, utilise ses moyens pour non pas combattre la pauvreté, mais accroître les écarts avec les baisses d'impôts et les coupes dans les programmes sociaux.

Le premier budget Morneau n'a pas renversé la donne. Une orientation claire doit ressortir de la consultation qu'il entreprend. Ottawa doit consolider le financement du logement social et de la lutte à l'itinérance avec des moyens accrus et récurrents.

Pour ce qui est du gouvernement Couillard, malgré toutes ses mesures d'austérité, celui-ci fait bien davantage que le gouvernement fédéral pour la lutte contre l'itinérance et le développement du logement social. Par ailleurs, les choix de ce gouvernement sont à revoir. Il faut également qu'il utilise bien les fonds qu'Ottawa annonce.

### Des fonds utiles

À court terme, les nouveaux fonds de la *Stratégie des partenariats de lutte contre l'itinérance* apporteront des réponses importantes aux besoins. Le gouvernement Harper avait orienté 65 % du budget de ce programme vers le *Housing First*, une approche ciblant une aide en logement privé pour les personnes en situation d'itinérance chronique. Cela avait entraîné des coupes draconiennes dans différentes actions jusqu'alors soutenues pour prévenir et réduire l'itinérance par la réinsertion, le soutien en logement social, en hébergement, en toxicomanie, ceci tant pour des hommes, des femmes, des jeunes.

Les fonds nouveaux de la SPLI pour 2016-2018 sont affectés avec une approche globale qui inclut toutes les interventions pertinentes de même que les immobilisations. Plus de 20 organismes qui avaient été coupés retrouveront une aide pour cette période, alors que plusieurs projets de nouveaux logements sociaux pour sans-abri auront un appui financier nécessaire à leur réalisation. Autre point positif, ces fonds seront investis dans différents quartiers, ce qui correspond aux réalités variées de l'itinérance à Montréal.

Dès maintenant il faut se préoccuper de la suite des choses, les fonds de la SPLI viendront à terme rapidement, dès le 31 mars 2018 pour certains engagements. Il faut voir à leur reconduction, à la part que Montréal aura de ceux-ci. Cela concerne non seulement le RAPSIM et tous les organismes communautaires, mais la Ville de Montréal et les éluEs de toutes les instances, de tous les partis. ■

**RAPSIM**Le réseau d'aide aux personnes seules et itinérantes de Montréal  
www.rapsim.org | Tél. : 514 879-1949



## Fragile Europe

Après le référendum tout juste gagnant en faveur de la sortie du Royaume-Uni de l'Union européenne à la fin du mois de juin, l'attentat meurtrier du 14 juillet à Nice provoquant la prolongation de l'état d'urgence de six mois, la Turquie a connu une tentative de coup d'État ratée. Les événements des dernières semaines ont été difficiles pour l'Europe, c'est le moins que l'on puisse dire.

Ceci sans compter le déploiement de forces militaires de l'OTAN à la frontière de la Russie, les sondages qui révélaient qu'une majorité d'Italiens désireraient voir leur pays imiter le Royaume-Uni et avoir un référendum sur la sortie de l'Union européenne ou encore le lancement de la campagne du gouvernement hongrois en juillet dernier pour mettre en garde sa population envers les immigrants. Sale temps pour les pays européens.

Par rapport à l'ensemble de l'Europe, le Royaume-Uni et la Turquie sont deux pays particuliers. Bien qu'il soit membre de l'Union européenne, le premier avait conservé sa monnaie, la livre sterling, et ne fait donc pas partie de la zone euro. Elle possède l'une des économies les plus puissantes au monde (10<sup>e</sup> rang, 3<sup>e</sup> rang européen, après l'Allemagne et la France) et son principal partenaire commercial est l'Europe continentale, représentant plus de 40 % de ses exportations. À l'image de sa géographie, le Royaume-Uni est donc à la fois très lié, mais aussi détaché de l'Union européenne.

À l'autre extrême du continent européen, le territoire turc est depuis des siècles, voire des millénaires, le point de liaison entre l'Orient et l'Occident. Le détroit du Bosphore, à Istanbul la métropole de la Turquie, trace cette frontière. La Turquie est membre de l'OTAN et ses installations militaires sont utilisées par les armées occidentales comme base des attaques contre le groupe État islamique en Syrie. Un des derniers pays candidats à souhaiter devenir membre de l'Union européenne, la Turquie n'est pas un petit joueur : son économie se classe 17<sup>e</sup> au monde et serait la 5<sup>e</sup> d'Europe advenant son adhésion (excluant le Royaume-Uni).

### Désillusions

Ce qui se passe en Turquie est fort préoccupant, le mot est faible. Au moment où j'écris ces lignes, quelques jours après le coup d'État raté, le président turc Recep Tayyip Erdoğan, en guise de représailles, a fait emprisonner 4500 policiers, 6000 soldats, dont une centaine de très hauts gradés, a limogé 9000 fonctionnaires du ministère de l'Intérieur, a révoqué le permis de travail de 21 000 professeurs,

a suspendu plus de 15 000 fonctionnaires du ministère de l'Éducation et a forcé à la démission 1500 doyens des établissements d'enseignement supérieur, a mis en détention 2750 juges, a mis sous surveillance des journalistes, a proposé de rétablir la peine de mort et a établi l'état d'urgence. Tout cela en quelques jours.

Au moment où vous lirez ces lignes, la situation aura sûrement évolué. Mais peu importe : la situation politique et sociale en Europe s'est considérablement dégradée en à peine quelques mois. L'Europe n'est pas qu'un ensemble de pays sur un bout de continent. Elle est, depuis la fin de la Deuxième Guerre mondiale, un projet. Un projet social et politique, celui d'unir la destinée commune de peuples et de pays qui se sont entre-déchirés pendant des siècles dans des guerres fratricides à poursuivre des objectifs de paix, de libre circulation des personnes et des marchandises et d'institutions législatives et réglementaires communes. C'est ce qu'on a appelé l'Europe sociale. L'idéal d'une Europe unie, au sein de laquelle les pays les plus favorisés soutiendraient les moins bien nantis, à tous niveaux.

Manifestement, ce que l'Europe est probablement en train de perdre, c'est ce rêve. Peut-être pas. Mais nous ne pouvons pas y rester indifférents. Nous sommes les héritiers de l'histoire européenne et de toutes les manières, la réalité européenne aura un impact sur la nôtre. Fragile Europe qui pourrait nous fragiliser si nous ne prenons pas soin de nous en préoccuper. ■

L'ITINÉRAIRE

f  
7436

t  
3120

#merci

## Des sorties organisées

Je n'ai pas pris de vacances, je ne pense pas que je vais en prendre. Je suis cloîtré dans mon logement. Il y a en plus des plantes à arroser, je ne peux pas partir un mois ou deux. Je n'ai pas envie de laisser ma clé à quelqu'un, j'ai déjà eu une mauvaise expérience avec ça... ! Par contre, je peux prendre des vacances plus courtes, en profiter le temps d'une journée ou deux. Je fais beaucoup de sorties de groupe organisées. Cette année, je suis allé au Parc Safari, à Hemmingford. J'y étais déjà allé auparavant, quand j'avais une belle voiture et un beau salaire. J'adorais nourrir les animaux par le coin de ma fenêtre ! Pour moi, prendre des vacances c'est rien faire, se reposer, prendre l'air pur, manger, mais légèrement.

**BENOIT CHARTIER**

CAMELOT MÉTRO RADISSON ET PLACE FRONTENAC

## Impossible

Impossible d'en prendre, le magazine ne se vend pas tout seul ! Je ne peux pas me le permettre, je n'ai pas d'argent. Avant, je prenais deux semaines de vacances à chaque été. Le magazine se vendait mieux. J'allais à Hull, dans le temps où j'étais avec mon ex. Sa famille y habitait et on allait faire un tour. On se baignait, on jouait au tennis, on magasinait, on se promenait. J'aime ça prendre des vacances, ça me permettait de relaxer pendant quelques jours. Je ne suis pas obligé de me lever à 6 h le matin pour aller travailler. Quand on travaille, on ne peut pas relaxer ben ben !

**RICHARD TOUZIN**

CAMELOT MÉTRO PLACE-DES-ARTS

# C'est le temps des vacances ?

*Les mois de juillet et août sont souvent synonymes de vacances. Alors que les touristes de partout dans le monde arrivent à Montréal, beaucoup quittent la métropole pour profiter de quelques jours ou semaines loin du stress et du bruit de la ville. Nos camelots, malheureusement, n'ont pas tous cette chance.*

## Mes fins de semaine

J'en ai en masse des vacances, j'ai toutes mes fins de semaine ! Je relaxe ! Je vois assez le monde en semaine, c'est un beau moment pour en profiter et passer du temps avec ma sœur. Je loue des films sur Illico donc j'écoute ceux que je n'ai pas eu le temps de voir durant la semaine. Je n'ai jamais eu envie de partir en vacances, je n'aime pas trop les foules, j'essaie d'éviter ça, et je viens de la campagne donc j'en ai déjà vu !

**FRED CAILLOU**

CAMELOT SHERBROOKE / MCGILL

## Dans le sud

Ça fait un bon bout de temps que j'en n'ai pas pris, je n'ai pas les moyens. Quand j'étais jeune, mes parents et moi partions dans le sud pendant l'hiver. J'aimerais beaucoup y retourner. Mais je prends quand même du temps pour relaxer, la fin de semaine en soirée. Vendre *L'itinéraire* me permet d'aller à mon rythme, de me reposer quand je suis trop fatiguée ou par exemple s'il fait trop froid pour vendre le magazine.

**NATHALIE LAUZON**

CAMELOT MONT-ROYAL

## Un voyage à vélo

Je n'ai pas pris de vacances, par choix et obligation. Je travaille à chaque jour. Surtout, je suis itinérant, je n'ai donc pas vraiment d'endroit où aller pour prendre des vacances ni de personne avec qui partir. Je reçois mon chèque à chaque mois, mais comme je n'ai pas de plans, je le gruge un peu plus à chaque jour pour pouvoir survivre. Je prends mes vacances en ville, je rencontre des gens, il y a beaucoup de vie et de soleil l'été. Si je pouvais en prendre, ce serait en campagne ou dans le bois, où il n'y a pas de bruit. On m'a déjà proposé, il y a quelques années, de réaliser un voyage à vélo, en banlieue de Montréal. Mais ça n'a pas abouti. J'aurais beaucoup aimé, j'adore le vélo, c'est mon moyen de transport préféré. Je l'ai déjà utilisé à quelques reprises pour aller cueillir des pommes à Rougemont.

**JAMES RICE**

CAMELOT RENÉ-LÉVESQUE / DE LORIMIER

## En attendant la pension de vieillesse

Ça fait 20 ans que je n'en ai pas prises ! Je travaille tout le temps, et puis le bien-être déduit ma paie de concierge de mon chèque. Je ne peux donc pas vraiment économiser pour partir en voyage. Je dois aussi être disponible pour le travail, je suis considéré comme un petit contracteur, je suis donc travailleur autonome. Si je ne travaille pas, je ne gagne rien. Et même quand je travaille, c'est précaire. Par exemple, je viens d'amasser 7,50\$ en six heures de travail comme camelot. C'est dommage parce que j'ai reçu cette année des invitations pour aller dans le Nord. Mais à mon âge, 64 ans, je commence à faire des siestes. Ça me fait du bien, je relaxe. À 65 ans, j'aurai plus de flexibilité avec ma pension de vieillesse. Je pourrai peut-être prendre de petites vacances.

**MICHEL MARCIL**

CAMELOT MÉTRO VERDUN ET BERRI / SAINTE-CATHERINE

## Quand il pleut !

Comme on est travailleurs autonomes à L'itinéraire, l'argent ne rentre pas si on ne travaille pas. Je ne peux donc pas prendre une semaine de vacances, même si je me permets des jours de congé. Mes seules journées de vacances, c'est quand il pleut ! Il en faut pour se reposer, se divertir, voir mes amis ou aller chez ma mère. C'est une question d'argent ! Si j'étais payée pendant ma semaine de vacances, c'est sûr que j'en prendrais. Mon copain, camelot pour le journal *Métro*, ne peut pas non plus. Il est aussi considéré comme un travailleur autonome, donc il n'a pas, comme moi, accès à des vacances payées. À part une semaine durant le temps des Fêtes, il n'a pas de vacances. L'année dernière, j'étais partie quatre jours en camping, c'était organisé par l'hôpital Louis-H. Lafontaine, maintenant l'Institut universitaire en santé mentale de Montréal. Tout était payé : les activités, le logement et la bouffe. Je n'ai rien eu à déboursier !

**ISABELLE RAYMOND**

CAMELOT LAURENDEAU / BIENCOURT

## L'itinérance, c'est pas des vacances !

Je prends une journée ici et là. Je n'ai pas vraiment de vacances. Il y en a qui pensent que je suis toujours en vacances parce que je suis itinérant et je travaille à L'itinéraire. Mais non ! En réalité, j'en n'ai pas, je travaille. Mes vacances, c'est travailler une heure au lieu de quatre. Et pour partir en voyage, ça prend quand même un bon montant ! Moi, j'amasse de l'argent à coups de 25 et 30 \$. Avec ça, tu ne peux pas aller bien loin. Tu peux t'acheter une crème glacée et un sac de chips... ! Si je pouvais partir, j'irais idéalement dans les bois. Mais il faut être équipé. J'irais donc visiter mes cousines à Grand-Mère, une ville tout près de Shawinigan. Ça fait pas mal longtemps que je ne les ai pas vues.

**STÉPHANE AVARD**

CAMELOT MÉTRO PLACE-D'ARMES ET PLACE VILLE-MARIE



## PHOTOREPORTAGE

PAR GUILLAUME VERMETTE  
CLOWN HUMANITAIRE

# Trouver refuge dans le rire

Depuis 10 ans, le clown humanitaire Guillaume Vermette répand le bonheur, l'espoir et la compassion partout où il va. Et dans les dernières années, il le fait à plein temps et tout à fait bénévolement. Actuellement en voyage autour du monde pour se rendre dans les endroits les plus chauds du globe, le Québécois au grand cœur apporte joie et réconfort là où les besoins sont les plus grands, soit dans des orphelinats, des camps de réfugiés et des pays en pleine guerre civile. Témoignage d'un drôle d'artisan de la paix.

J'étais récemment en Grèce, où j'ai passé l'un des mois les plus intenses de ma vie, à travailler dans les camps de réfugiés au nord du pays. J'étais principalement à Idomeni, un camp improvisé dans une vieille gare de trains, à la frontière de la Macédoine et où habitaient environ 10 000 personnes. Je dis « habitaient », car le camp a été complètement évacué par les autorités. En quelques jours, ils ont déplacé tout le monde vers des camps militaires. Pendant plusieurs semaines, j'y ai donné environ quatre spectacles par jour et ce jusqu'à la fin du camp. J'ai été témoin de chaque étape de cette évacuation et de cette page d'histoire de la crise des réfugiés en Grèce.

J'ai travaillé avec différents organismes, mais principalement avec The Flying Seagull Project. C'est un cirque de Londres, constitué d'une gang de talentueux fous professionnels, avec des cœurs immenses et en provenance d'Irlande, d'Angleterre et de Norvège. Avec eux, j'ai fait environ quatre camps et environ sept spectacles par jour. C'était une expérience formidable, mais intense. Je n'avais jamais vu d'enfants aussi violents, conséquences de la guerre qui fait partie de leur quotidien. Je n'avais jamais vu d'enfants aussi affamés d'attention et d'amour. Mais ça tombe bien... on en avait à la pellette!

**MA MAISON** - Voici ce qui m'aura servi de maison pendant plusieurs semaines, une tente sur le toit d'un camion. Ma douche, elle, c'était un lavabo dans une station-service. J'ai aussi dormi dans les camps, dans les mêmes conditions que les réfugiés. Croyez-moi, c'est pas reposant. Dans ce chaos innommable, j'ai oublié les concepts de repos, de silence, d'intimité, d'électricité, d'hygiène et de repas chaud.



PHOTO : COURTOISE

**LANCER DES OBJETS DANS LES AIRS** - Des fois, j'ai l'impression d'avoir perdu mon temps à m'entraîner des centaines d'heures à la jonglerie. Tsé... lancer des objets dans les airs et les attraper ? Mais quand je voyais les visages des réfugiés s'illuminer, ça prenait tout son sens. Ils en redemandaient sans cesse, alors je donnais tout ce que j'avais, à chaque jour.

PHOTO : KEOMA ZEC



PHOTO : COURTOISE



**THE FLYING SEAGULLS PROJECT** - Voici la formidable équipe de The Flying Seagull Project. Avec eux, j'ai été dans le feu de l'action, à faire rire les enfants, tandis que des combats d'adultes éclataient à quelques mètres. Plus d'une fois, il aura fallu utiliser le mot de code « Chaplin », qui signifie « on ne pose pas de question et on évacue le plus rapidement possible ».

**LE CENTRE CULTUREL** - Au milieu du chaos du camp de réfugiés d'Idomeni, se trouvait ce centre culturel. C'était l'initiative d'un groupe de trois fantastiques bénévoles d'Espagne. Les enfants y venaient pour s'amuser et apprendre, de manière sécuritaire et encadrée. Puisque j'y ai présenté un spectacle quotidiennement, j'ai développé une relation particulièrement significative avec les enfants de cette place. C'était mon endroit préféré.



PHOTO : COURTOISIE



PHOTO : COURTOISIE

**DES AMIS** - Des fois, j'essaie de me mettre à la place des gens qui ont peur des réfugiés. J'essaie de comprendre pourquoi ils les voient comme une menace et refusent qu'on leur ouvre nos portes. Mais c'était difficile, parce que je suis loin de leur réalité. Je suis dans les camps, avec les réfugiés. Je m'en fais des amis.



PHOTO : KEOMA ZEC

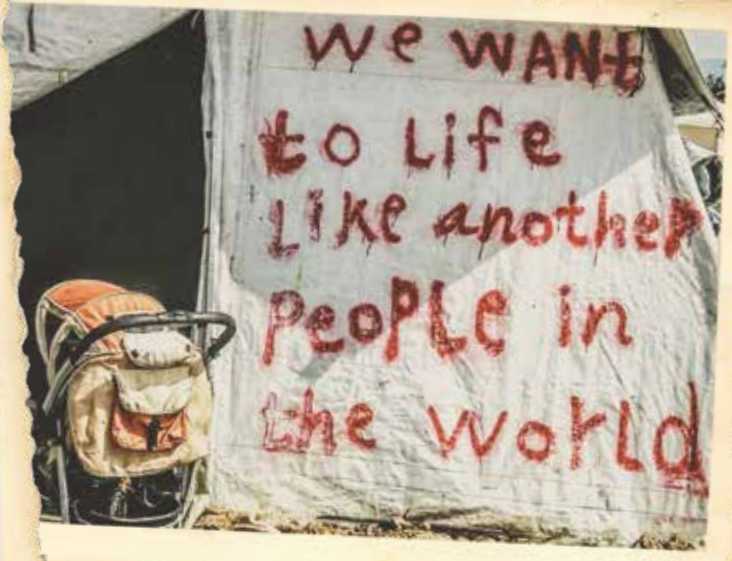


PHOTO : COURTOISIE

**UNE VIE NORMALE** - Ces milliers de familles ne demandaient qu'à vivre une vie normale. Ils ont marché pendant des mois, depuis la Syrie, pour fuir la guerre et dans l'espoir de trouver refuge en Europe. À chaque jour, des courageux tentaient de traverser la frontière de la Macédoine. Ils se faisaient systématiquement attraper et souvent tabasser. Ils étaient coincés à Idomeni, victimes de leur impuissance.

**UNE DOSE D'ENFANCE NORMALE** - Dans ce genre de situation, un clown peut apporter bien plus que du plaisir et des rires. Sa présence peut devenir une zone où l'enfant se sent en sécurité et où l'enfance devient un peu plus normale. À chaque fois qu'un jeune me choisissait de la sorte, je me sentais comme l'homme le plus chanceux de la Terre.

PHOTO : FRÉDÉRIC SÉQUIN, SHOOT TO HELP



**PABLITO** - J'ai aussi travaillé pour l'organisme espagnol Contaminando Sunrisas, avec cet étrange truc rose et incroyable clown nommé Pablito. Il vivait dans les camps, avec les réfugiés. Il devenait l'un des leurs, partageait leur quotidien et créait des liens indescriptibles avec eux. À lui seul, il débarquait dans les endroits les plus intenses et réussissait à avoir autant de résultats qu'une troupe de clowns au complet.



PHOTO : COURTOISIE

**LES AU REVOIR** - Des dizaines d'autobus pleins à craquer de réfugiés qui se faisaient évacuer d'Idomeni, derrière un mur de policiers qui bloquait l'accès à tous les organismes d'aide humanitaire. De l'autre côté : des clowns ! On est resté là des heures, à faire des tatas aux enfants, qui eux accouraient pour se coller la face à la fenêtre et exploser de joie de nous voir. À chaque jour, on aura été là pour eux... jusqu'au dernier !



PHOTO : THIERRY BIRRE

**LE TRAIN** - Le camp d'Idomeni s'était improvisé sur le site d'une gare de trains abandonnée. Tous les jours, avec sa petite valise, Awira attendait le train pour l'Allemagne. Elle gardait espoir. Maintenant qu'Idomeni est fermé et que la police a évacué tout le monde, elle doit être dans un camp militaire. Là où le train ne passe jamais.



**L'itinéraire, c'est aussi de la formation en rédaction.**  
Merci de nous aider à poursuivre notre engagement envers la société.  
[itineraire.ca/faire-un-don](http://itineraire.ca/faire-un-don)

**L'IT  
NÉ  
RAI  
RE**

## La photo

Quand je vivais à Port-Rouge, à l'âge de seize ans, j'aimais beaucoup regarder l'album de photos de ma mère. Je me disais que moi aussi j'aimerais en prendre. Elle possédait un vieux Kodak carré et elle me le passa. J'y introduis un rouleau de film en noir et blanc. Je me rendis chez ma tante Béatrice et il y avait une parade de la Saint-Jean-Baptiste. Je m'assis sur la galerie et j'expérimentai de prendre des photos.

Quand je le fis développer, il y avait des photos qui n'étaient pas bonnes. J'ai alors compris que j'avais positionné l'objectif en face du soleil et non derrière moi. Mais cela ne m'avait pas découragé. J'ai continué à faire de la photo avec d'autres appareils, avec des flashes et avec des Instamatics.

Aussi, quand je suis arrivé à Montréal en 1980, que j'étais en vacances et que ma femme travaillait, je partais à la chasse aux photos pour trouver des choses intéressantes à photographier. Je n'ai jamais eu d'appareils dispendieux. Je préfère un appareil jetable que je traîne partout où je vais.

J'aurais aimé prendre des cours professionnels et faire des expositions, mais cela coûte trop cher pour moi. Malgré cela, je conserve mes meilleures photos dans un album et je suis content de voir qu'avec les années, j'obtiens de très belles photos, car le film s'est amélioré et que cela ne coûte pas très cher à développer.

RÉAL LAMBERT  
CAMELOT LAURIER / DE LANAUDIÈRE



## En page couverture

J'ai beaucoup aimé présenter l'édition du 1<sup>er</sup> juillet, celle où nous étions sur la première page, mon mari et moi. Les gens aimaient vraiment la photo, et moi aussi d'ailleurs.

J'ai accepté d'être photographiée pour la première page et de participer au dossier du logement, car il y a des gens qui ont des préjugés sur les camelots de L'itinéraire. J'ai donc participé, par le fait même, à accomplir une bonne action.

J'ai eu aussi souvent de très bons commentaires. Je peux dire que j'ai eu beaucoup d'agrément à vendre cette édition.

Je suis rendue vedette pour le magazine L'itinéraire ! Cela fait comme si j'avais monté une marche. Je suis aussi plus à l'aise pour communiquer avec les gens. Cela montre encore plus qu'il y a toujours une place pour l'amélioration.

Je savais que j'étais appréciée en tant que camelot, mais j'ai quand même été surprise. Pourtant, j'étais à l'aise avant avec les gens et le public. Je remarque que je me porte encore beaucoup mieux. Je suis très heureuse de cela. C'est pour moi une très belle expérience.

Je remercie tous mes clients et mes clientes de m'avoir encouragée.

GISÈLE NADEAU  
CAMELOT MÉTROS IBERVILLE ET JARRY

## Camelot depuis quelques semaines

Je me présente : je suis Mélanie Noël, née le 7 mai 1980.

J'ai commencé à vendre le magazine L'itinéraire, à l'angle des rues Desmarçais et Bannantyne, à Verdun. Je n'ai pas beaucoup d'expérience en emploi, mais quand mon ami Gérald Pelchat m'a parlé du travail de camelot, ça m'a tout de suite intéressée.

À ceux qui ne me connaissent pas, je voudrais dire que je suis jumelle identique avec ma sœur, Mélissa. Elle est malheureusement décédée d'une embolie pulmonaire, le 16 novembre 2000. Je suis moi-même sujette à faire des caillots dans mon sang. Je suis présentement en attente de deux opérations, la première pour la chirurgie bariatrique et l'autre pour la grande opération.

Mes préférences en musique vont à la musique country, de la famille Daraïche jusqu'à France Joly et Dwight Leroux. Je fais beaucoup de marche : la première fois que je suis venue à L'itinéraire, je suis partie du marché Atwater et j'ai marché jusqu'à la rue De Lorimier, au coin de Sainte-Catherine. Après une longue marche, j'ai les idées plus claires et je suis mieux disposée à régler mes problèmes.

Je veux remercier les gens de L'itinéraire de me permettre de vendre le magazine et j'invite les gens de Verdun à se le procurer. C'est pour une bonne cause !

MÉLANIE NOËL  
CAMELOT DESMARÇAIS / BANNANTYNE



## EXPOSITION

PAR SIOU  
CAMELOT BORDEAUX / MONT-ROYAL

## Apocalypse Disco

# Zilon Story



Précurseur de l'art urbain au Québec, Zilon est le premier à avoir laissé sa marque sur les murs de la ville de Montréal. Avec ses visages à la Cocteau et une signature à la Zorro, son coup de crayon d'une efficacité remarquable a vite fait sa renommée. Encore aujourd'hui, on retrouve dans toutes ses créations la spontanéité de la rue et l'énergie du performeur. Après plus d'une cinquantaine d'expositions au pays, mais aussi des passages à New York, Berlin, Londres, Paris, Tokyo, Zilon s'installe maintenant au Centre d'art Diane-Dufresne à Repentigny, jusqu'au 4 septembre, avec une installation disco accrochée de ses regards apocalyptiques.

On s'assoit pour commencer l'entrevue et sans attendre de question, Zilon part et parle sans s'arrêter. Il a de quoi à dire. Il a d'abord l'air un peu grognon et enfile ses idées en regardant la table. Instantanément, j'ai l'image fermée d'un Gainsbourg en entrevue, plus tard je le vois en sympathique Falardeau grande gueule qui dénonce entre autres les politiques de Barrette et Couillard. « *L'austérité, c'est un jeu de mot, pour dire : "Toé, t'es pauvre, pis mange d'la marde, hostie !"* », dénonce-t-il, à l'image du célèbre réalisateur québécois. « *Nous autres on va faire d'argent, pis on va investir des millions pour améliorer un stade qui va profiter d'abord à une gang de joueurs de hockey, qui gagnent eux-mêmes des millions.* » »

Je le laisse pas mal aller dans les choix des sujets abordés. Il touche un peu à tout et le tout donne une série de tableaux d'idées, représentant très bien le monde particulier de Zilon : une vision ouverte, franche, sensible, généreuse et sans compromis.

## Son his toire

Adolescent, j'habitais chez mes parents à Laval. Je me rasais les cheveux d'un côté et de l'autre. Quand je sortais dehors, je voyais les rideaux s'ouvrir dans la banlieue. Je m'promenais pis j'avais l'air d'un mongol. En prenant l'autobus, je manquais à chaque fois de m'faire taper la gueule par une gang de rednecks, le monde soit disant normal de cette époque. Plus tard, quand les joueurs de football ont commencé à s'couper les cheveux un peu mongol, ben là, c'était correct, il n'y avait plus de problème !

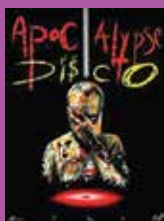
J'ai commencé à peindre très jeune. Je me suis fait moi-même. J'ai fait des p'tites jobs, ici et là, pour m'acheter mon premier synthétiseur, mes crayons, mes papiers, mes toiles. Quand j'étais mes dessins, je les cachais en dessous du lit. Un jour, j'ai décidé d'en accrocher sur le mur de ma chambre. Mon alcoolique de père est entré, il les a vus, les a tout déchirés et m'a dit : « *Si tu veux avoir mon poing sur la gueule, continue de même !* » Alors c'était un peu rock'n'roll. Tu vois, j'étais punk avant de l'être !

## Le punk

J'ai vécu et j'ai grandi avec la mentalité de la culture punk. Au début des années 1970, le Vieux-Montréal était comme le vieux Berlin. C'était un peu inquiétant, délabré avec des vieilles manufactures abandonnées un peu partout. Des fois, au fond d'une rue, t'avais une p'tite lumière rouge, tu poussais la porte et c'était le party. T'avais pas grand-chose, un stage fait avec du plywood, 2-3 ampoules comme système d'éclairage. Mais quand ça s'mettait à jammer, ça jammait pas à peu près ! L'un jouait de la guitare électrique pis l'autre criait pour nous péter les oreilles. C'était ça le plaisir à cette époque ! Mais ça a vite été récupéré. Aujourd'hui, des pantalons déchirés aux genoux, c'est signé Armani et ça se vend 2 000 piastres !

L'exposition *Apocalypse Disco*  
jusqu'au 4 septembre 2016

Centre d'art Diane-Dufresne  
11, allée de la Création, Repentigny  
ville.repentigny.qc.ca/CADD  
5 \$ | Gratuit pour les 16 ans et moins



## LES GALERIES

J'ai passé par une couple de galeries, ils n'ont pas été capables de mendurer. Certaines te dictent quasiment quoi faire : « *Bon, le jaune est à la mode. Veux-tu faire quelques chose avec du jaune ?* » Je ne vends pas des souliers, câlisse ! En me choisissant, vous saviez avec qui vous feriez affaire. Vous avez pogné les Sex Pistols, vous allez les avoir ! Je peux chanter le Titanic, mais je ne le chanterai pas comme Céline, je vais plutôt le chanter comme Marilyn Manson, pis y va couler vite le Titanic. De toute façon, je ne suis pas un friand des galeries. La plupart du temps, leur intérêt n'est pas basé sur l'art mais le business. C'est du commerce, point.

## DU SIDERS ART

J'étais à New York avec une amie. On marchait dans Brooklyn, il faisait froid. J'passe devant une vitrine où y était exposé un gorille en papier aluminium. J'me dis : « *C'est ben beau c't'affaire-là, il faut que j'rentre !* » Tout le monde était autour d'une table. Tous des gens autistes qui dessinaient. On pouvait acheter leurs dessins. J'ai acheté un beau p'tit dessin naïf. Celui qui s'occupait de la place m'a présenté l'artiste. C'était un jeune Noir, il était replié sur lui-même, tout gêné. J'ai commencé à lui parler et à parler à tout le monde... mais ils n'étaient pas habitués à des contacts trop directs. Je leur ai dit un grand et sincère merci. Tout le monde était de bonne humeur, tout le monde était heureux. J'aime beaucoup l'art naïf, parce que les artistes qui le pratiquent n'ont pas de diplôme et ils s'en foutent. Ils dessinent d'abord avec le cœur. Ça change du milieu habituel des arts où on croit qu'il faut avoir à tout prix un cerveau diplômé pour savoir reconnaître une œuvre d'art et l'apprécier.

## LA BD

La musique et le dessin, j'adore ! Mais c'est la bande dessinée que je préfère, que ce soit Tintin, Pilote, Fluide glacial, Moebius, Gotlib, toute cette gang de fous ! Moi, j'aime ça rire, j'aime ça travailler avec du monde qui me fait rire. Quand ça devient trop sérieux, je ne suis pas capable !

Jeune, c'est la bande-dessinée qui m'a ouvert les yeux à autre chose, à l'art. J'aimerais finir ma carrière avec la bande dessinée. J'ai 61 ans, alors il me reste 39 ans avant 100 ans. Donc, j'aimerais faire quelque chose qui fesse fort. J'ai essayé à quelques reprises, mais il n'y a pas de maison d'édition qui veut travailler avec moi. Si j'avais l'argent pour ouvrir ma propre galerie, je pourrais me la payer, ma bande dessinée. J'inventerais une histoire dans un milieu où tout le monde est bien droit sauf mon personnage principal, complètement disjoncté qui dérange la soi-disant parfaite société.

« *Les lunes de nuit sont évanouies avec l'âge,  
Étouffées par l'ère impure d'un temps artificiel* »

## L'anxiété

Quand tu es tout seul la nuit, tu te sens tellement seul. L'anxiété te gruge. Tout se passe dans ta tête, tu commences à penser à quelque chose, tu le tournes de tous les bords, ça n'en finit plus. Tout s'amplifie, tu as de la misère à respirer, tu as le cœur qui te débat. Les premières fois que ça t'arrive, c'est horrible. Tu te demandes si tu es en train d'avoir une crise cardiaque. Tu aimerais dire à quelqu'un : « *Prends-moi dans tes bras* ». Pendant le jour, j'étais même plus capable de marcher sur le bord de la rue. J'empruntais les ruelles juste pour aller chercher une pinte de lait. Puis à l'intérieur du dépanneur, je devenais quasiment Quasimodo.

Un temps, tout est devenu très noir. J'ai pensé au suicide. À une époque, je me suis même mutilé. Il y a mon côté rock'n'roll, des fois, qui a l'idée de prendre une lame de rasoir ou de prendre tous les tranquillisants d'une shot. La personne qui me fait le plus peur, c'est moi. Là j'en parle, c'est bien ! Quand je serai silencieux, c'est là que ce sera dangereux.

Cette anxiété, je la connais un peu mieux maintenant, quand ça me gratte à l'intérieur, je peux me dire : « *Ok ! ça commence, là !* » Je sais c'est quoi mon problème et je sais mieux réagir. C'est le dessin qui m'a sauvé. Il ne faut pas que je perde mon plaisir de dessiner, parce que c'est ça qui m'a tenu et c'est ça qui va me tenir. Il faut que je sois capable de peindre mon cercueil avant que je meurs.

L'artiste n'est pas rien qu'une bécotte, qui fait une œuvre d'art, c'est un humain avant tout. Le fait de vivre avec ci ou ça, ou l'anxiété par exemple, fait partie de l'artiste, ça fait partie d'un tout. Sinon, on appelle ça un artiste touriste, un artiste de fin de semaine.



Metric Woman

Œuvre numérique sur tissu. 4 x 6 pieds.  
© Zilon / SODRAC (2016)

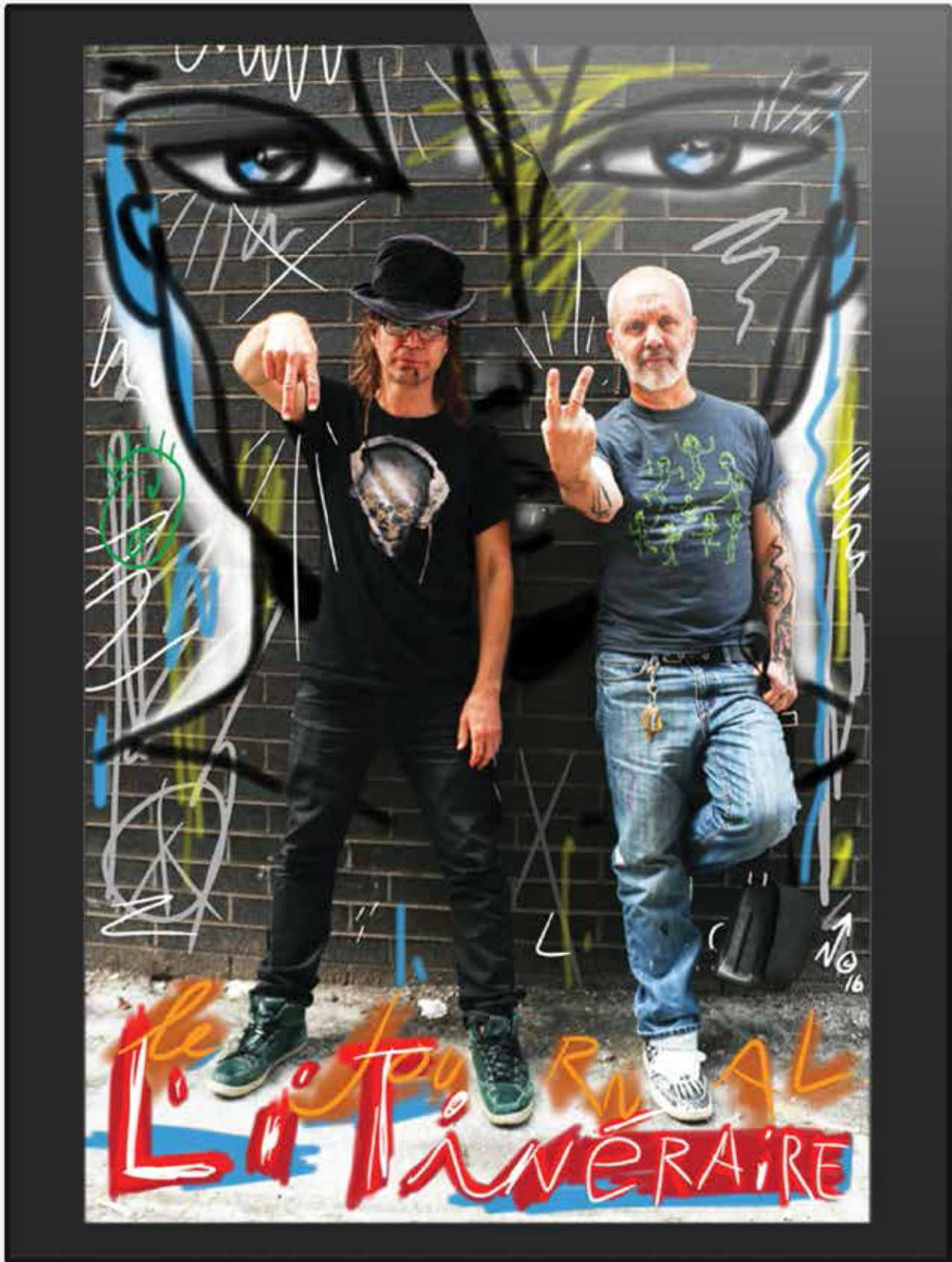


PHOTO MARIO ALBERTO REYES ZAMORA / ILLUSTRATION: ZILON



## VIE DE QUARTIER

PAR LUCETTE BÉLANGER  
CAMELOT MARCHÉ MAISONNEUVE  
ET MÉTRO PIE-IX

# Promenade à Pointe-aux-Trembles

Quand j'étais jeune, je demeurais avec mes parents à Québec. J'allais souvent à Montréal avec eux, aux Galeries d'Anjou pour leurs commerces. Ils achetaient en grande quantité, surtout des vêtements pour toute la famille. En même temps, on allait voir la parenté. Depuis un an, j'habite à Montréal avec mon conjoint, et plus précisément à Pointe-aux-Trembles. Nous sortons tous les jours pour aller prendre le transport en commun, la ligne d'autobus 187, qui se rend à Honoré-Beaugrand où nous pouvons prendre le métro pour aller au centre-ville.

## Histoire

L'origine de Pointe-aux-Trembles date de 1674. C'est une ancienne municipalité qui a été annexée en 1982 par la ville de Montréal, et qui forme aujourd'hui un de ses arrondissements avec Rivière-des-Prairies. Un des attraits de l'arrondissement est le Fort de la Pointe-aux-Trembles sur l'île de Montréal. Vers la fin du 18<sup>e</sup> siècle a été aménagé le chemin du Roy, première route carrossable de la Nouvelle-France.



PHOTO : MARIO ALBERTO REYES ZAMORA



PHOTO : MARIO ALBERTO REYES ZAMORA

## Le parc Saint-Jean-Baptiste et le parc Labrosse

Les deux parcs servent pour plusieurs activités : il y a plein de jeux comme les glissades d'eau et des balançoires où peuvent s'amuser les enfants et les plus grands. Au parc Saint-Jean-Baptiste, des festivités sont souvent organisées avec les scouts, à partir du mois de juillet. Beaucoup de jeunes s'y rassemblent. Lors de la fête de la Saint-Jean, on a pu déguster des hot dogs et des hamburgers tout en écoutant le discours d'un député.

Durant l'été, il y a un cinéma au parc Labrosse (parc de l'Hôtel-de-Ville), tous les vendredis de 20 h à 23 h. On peut y acheter du popcorn, des chips, et de la liqueur. Près de là, à la pointe est de l'île, on peut aller pêcher du poisson et faire des promenades : c'est comme à la campagne !



PHOTO : MARIO ALBERTO REYES ZAMORA

## Pétrolières : ça sent fort... et les mouffettes aussi !

Suncor Énergie a été fondée en 1917 à Pointe-aux-Trembles. L'entreprise transforme le pétrole brut des sables bitumineux (pétrolifères) en barils d'essence, en bitume, en mazouts lourds, en produits pétrochimiques, en solvants et en lubrifiants. Suncor est critiquée pour sa gestion en matière d'environnement. C'est pour ça que ça pue ! Le siège social est à Calgary en Alberta. Mais, la raffinerie exploite aussi en Ontario, au Québec et au Colorado. En 2009, Pétro-Canada et Suncor fusionnent à Montréal-Est. Suncor et Shell Canada occupent le deuxième rang des industries les plus polluantes du Québec. Mais à Pointe-aux-Trembles, ce ne sont pas seulement les compagnies pétrolières qui dégagent de mauvaises odeurs : il y a également les mouffettes. C'est normal, on est presque en campagne... Pour vous dire, il y a même une famille de mouffettes qui habite en dessous du cabanon d'un de nos voisins.



PHOTO : WIKICOMMONS



PHOTO : MARIO ALBERTO REYES ZAMORA

## La nouvelle plage

La plage de l'ancienne marina Beaudoin est la première action concrète qui a découlé du Plan bleu vert de l'arrondissement. Cette plage se retrouvera dans l'est de Montréal, à l'intersection de la rue Bellerive et de la 94<sup>e</sup> avenue à Pointe-aux-Trembles. Ce site fort intéressant, d'un potentiel récréotouristique prometteur, borde le fleuve Saint-Laurent tout près de l'extrémité est de l'île. La construction de la plage a commencé en 2013. Elle n'est pas encore ouverte, mais elle le sera probablement l'année prochaine.

## Le traversier Repentigny - Pointe-aux-Trembles

C'est une navette fluviale de type bateau-mouche. Ce service, créé en 2014, dessert les piétons et les cyclistes. C'est un moyen de découvrir le fleuve Saint-Laurent et les attraits patrimoniaux de plusieurs villes : Varennes (sur la Rive-Sud), Rivière-des-Prairies, Pointe-aux-Trembles et Repentigny. Les excursionnistes peuvent profiter des attraits de ces villes en utilisant tout le réseau cyclable. Informations : Les croisières Navark, [www.navark.ca](http://www.navark.ca).



PHOTO : MARIO ALBERTO REYES ZAMORA



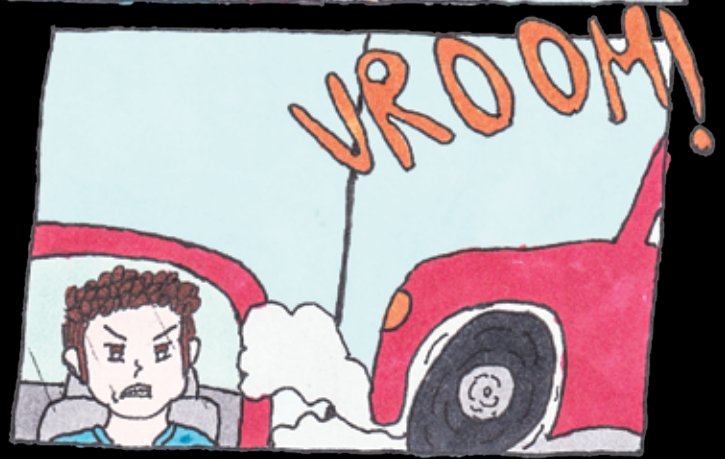
PHOTO : MARIO ALBERTO REYES ZAMORA



BD

PAR ISABELLE RAYMOND  
CAMELOT LAURENDEAU / BIENCOURT

# Squeezée et Préjugés



YZA

## Les conséquences des coupures dans la santé

Les coupures gouvernementales touchent plusieurs sphères de notre société, dont celle de la santé. Les hôpitaux sont un exemple flagrant. Les listes d'attentes sont de plus en plus interminables. Plus les gens attendent pour pouvoir consulter un médecin, plus leur maladie s'aggrave et moins ils ont de chances de guérir. De plus, le privé coûte cher et ce n'est pas tout le monde qui peut se le permettre.

Ensuite, il est de plus en plus difficile de se trouver un médecin de famille ; les cliniques sont bondées, mais ce n'est pas tous les patients qui peuvent rencontrer le médecin. Il faut alors aller au CLSC pour que celui-ci essaie de nous placer dans une clinique médicale dans le quartier où le patient demeure, ce qui peut prendre des mois. Le même problème se retrouve à l'urgence. L'attente pour avoir accès à des soins de santé est sans fin. Seules les personnes arrivant en ambulance sont servies rapidement.

La situation n'est pas plus agréable pour les médecins. Le ministre Barrette avait déjà évoqué des médecins qu'ils rencontrent un certain quota de patients par jour, ce qui a finalement été révoqué. Mais si cela devait arriver, les docteurs seraient épuisés à force de rencontrer trop de malades par journée, ils deviendraient de moins en moins efficaces et risqueraient de tomber malades d'épuisement.

Les pharmacies sont également victimes des coupures. Elles perdent des revenus et se font attribuer de nouvelles responsabilités. Elles sont pourtant un accès rapide à des conseils de santé au lieu d'aller embourber les cliniques médicales. Cependant, en se faisant couper constamment de l'argent, la qualité de leurs services va finir par diminuer à long terme.

Si le gouvernement ne cesse d'effectuer des coupures dans le système de santé québécois, nous allons dépérir et mourir plus rapidement !

FRANCE LAPOINTE  
CAMELOT MONT-ROYAL / MENTANA



## L'espoir fait vivre

Pourquoi être découragé  
Et s'en faire à chaque journée  
Quand la vie est si belle  
Et vaut la peine d'être vécue.

J'ai appris, jour après jour  
À rester positive même quand rien ne va  
Il faut continuer  
Et oublier le passé.

Je vais dans la nature  
Me ressourcer, entendre les oiseaux  
Écouter le vent dans les feuilles  
Entendre le ruisseau qui coule doucement

Et quand je reviens chez moi  
Je suis remplie de positif  
En continuant d'avancer vers le beau  
Et le meilleur de la vie.

Ne jamais me laisser aller  
C'est ça l'important.

FRANCE BEAUMONT  
CAMELOT SAQ PLACE VERSAILLES



## MOTS DE CAMELOTS

### Learning to love again

I was born on the Akassasane reserve and lived there for two years. Ever since the day I was born, I have always liked women. I had quite a few girlfriends when I was a teenager, mostly white girls. At the time, I was living in Dorval and there were mostly white girls, no Native girls !

I remember Johanne, whom I met when I was 15 years-old. At that time, I was in the Shawbridge correction center located up North. She gave me a 14-carat gold ring. One time, I was playing softball and I was up to bat, I was scared the ball would break the bat. So I took the ring off and put it on the ground... but forgot to pick it up. Later in the night, I remembered I put it on the ground so I went to retrieve it, but the ring was gone. I was mad at myself and Johanne was really mad too!

Later in my life, I spent 14 years in foster homes, while I was an adult. I was very sick and had to go to the hospital. When I got out of the hospital, a pastor in Lasalle took care of me. During those 14 years of my life, I had no girlfriends. That is because I was a little secluded, I wasn't part of the outside world too much, and stayed mostly inside. I wasn't working either. I guess I was too shy or maybe I didn't want to get hepatitis C or HIV. Then, I went to the Native center on and off for two years and I still didn't have a girlfriend.

I still don't have a girlfriend today and I'm surprised. I feel like I have a lot to offer : money, good looks. I also have a good heart, I respect others and I like to give back to others, even half of my soul! Maybe I'm too shy or maybe I'm scared to get into a relationship because I feel it can be too much trouble. I'm not really looking, but if the right one comes along, we never know.

We should all try to love one another, in respect and dignity.

DANIEL GRADY  
CAMELOT MANSFIELD / DE LA GAUCHETIÈRE  
ET DES PINS / SAINT-LAURENT





# PROBLÈMES DROGUE, ALCOOL OU MÉDICAMENT ?



Narcotiques Anonymes  
Narcotics Anonymous



1 855 544-6362  
www.naquebec.org

Nous pouvons t'aider

SOLUTIONS DU  
1<sup>er</sup> août 2016

Officines	L	Efficaces	E	Céréales	B	Fonçats	O
Bizarres		Ravageant		Qu'il rôdât		Pisotera	
1	F	A	R	F	E	L	U
Bouffera	B	A	F	R	E	R	A
Griller							
2	R	O	T	I	R	I	I
Etasuniens	R	I	C	A	I	N	S
Qu'il dédura							
3	R	A	B	A	T	T	E
Imitation	T	O	C				
Félicité				Légumineuse	E	R	S
4	J	O	I	E		R	A
Née	I	S	S	U	E		
Marchera							
5	I	R	A			R	E
Paresseux				Méto			
Faute sportive	E	N	A	V	A	N	T
Vins							
6	A	S	T	I	S		A
Champion							
7							

EXPERT  
DIFFICILE  
MOYEN  
FACILE



Placez un chiffre de 1 à 9 dans chaque case vide. Chaque ligne, chaque colonne et chaque boîte 3x3 délimitée par un trait plus épais doivent contenir tous les chiffres de 1 à 9. Chaque chiffre apparaît donc une seule fois dans une ligne, dans une colonne et dans une boîte 3x3.

Source : Éditions Goélette

Solution dans le prochain numéro

	4					8		
			8	2			9	7
			5			4		6
2	7		3					1
9	3			6				
1	8	4	7			2	6	
3		8			7		2	9
	6		2	5		3	7	8
	2				3	1		



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	A	N	A	B	O	L	I	S	A	N	T	E
2	R	E	P	E	R	E	R	A	I		U	S
3	M	C	I	V		S	E	V	E	R	E	S
4	O	R	Q	U	E	S		A		I	R	E
5	R	O	U	E	R	I	O	N	S		A	S
6	I	L	E		E	V	I	T	E	E	S	
7	C	O	R	S		A	S	S	I	S		U
8	A	G	A	T	I	S	E		S	T	A	R
9	I	I	I		O	S	A		M		R	E
10	N	E	T		S	E	U	L	E	T	T	E

9	6	3	2	7	8	1	4	5
5	4	1	9	6	3	8	7	2
8	2	7	5	4	1	3	9	6
4	7	6	3	1	5	2	8	9
1	8	9	7	2	4	6	5	3
3	5	2	6	8	9	7	1	4
6	1	5	4	3	7	9	2	8
7	3	4	8	9	2	5	6	1
2	9	8	1	5	6	4	3	7

L'achat et la vente d'une propriété, c'est une affaire de coeur et de savoir-faire !



AGENCE IMMOBILIERE  
Vitrine de la rénovation écologique

1152, avenue Mont-Royal Est, 514.597.2121  
www.viacapitaledumontroyal.com

# LA SCHIZOPHRÉNIE

Si un analyste ou un service de psychiatrie est capable de guérir un patient schizophrène, une mère doit certainement être capable de faire de même alors que l'enfant en est exactement au tout début, et la conclusion logique est que la mère prévient souvent la schizophrénie en conduisant bien les choses et de façon ordinaire.

Donald Winnicott

Autant savons-nous que le schizophrène combat le réel et l'objet à coups de hache et de laser, autant, plus que quiconque au monde, je soutiens que le schizophrène combat pour le réel, pour l'objet, pour la pensée et pour le Je. C'est pourquoi d'ailleurs il nous en apprend tellement à ce sujet. Il y a bien sûr un enseignement universel à tirer de l'expérience psychanalytique avec les schizophrènes.

Paul-Claude Racamier

Si quelqu'un parle à Dieu, il prie. Si Dieu parle à quelqu'un c'est un schizophrène.

Thomas Sasz

Vous êtes une schizophrène me disait souvent Sartre : au lieu d'adapter mes projets à la réalité, je les poursuivais envers et contre tout, tenant le réel pour un simple accessoire.

Simone de Beauvoir

Le dernier refuge de la pensée gnostique, ce sont les fantômes de la schizophrénie.

Susan Sontag

Le schizophrène construit des châteaux dans les nuages. Le psychotique y vit. Le psychanalyste touche les loyers.

Jérôme Laurence

Dieu aurait pu se contenter de créer l'homme à son image. Mais, en bon schizophrène, il n'a pu s'empêcher de lui faire aussitôt un croche-pied en lui offrant ce foutu libre-arbitre.

Romano Celli

Au cœur de l'autocratie, vit une trinité infernale : le lavage de cerveau, la schizophrénie et la bonne vieille autorité.

Moses Isegawa

# Youp!!!



Transport gratuit du 21 juin au  
28 août pour les 6 à 11 ans\*

[stm.info/sortiesenfamille](http://stm.info/sortiesenfamille)

\* CERTAINES CONDITIONS S'APPLIQUENT

IL VAUT MIEUX  
BOIRE MODÉRÉMENT  
PLUSIEURS JOURS  
PAR SEMAINE



QUE TROP  
UNE FOIS PAR SEMAINE

Le corps humain ne réagit pas mal à l'alcool, mais plutôt à l'excès d'alcool. Pour la femme, boire sans excès consiste à se limiter à 2 verres par jour sans dépasser 10 par semaine. Chez l'homme, à 3 verres par jour pour un maximum de 15 par semaine. Et on ne boit pas tous les jours. Dans ces conditions, l'alcool, ça se prend bien !



**Éduc**  **alcool**

La modération a bien meilleur goût.

[educalcool.qc.ca/2340](http://educalcool.qc.ca/2340)